казан
мангал
барбекю

SHOUT
SHARE
IT

Annotation

Казан, мангал и барбекю - древнейшие приспособления для приготовления пищи, изобретенные людьми. Ценители кавказской и среднеазиатской кухни утверждают, что они абсолютно незаменимы в процессе создания определенных блюд из мяса. Да и кто поспорит с тем, что настоящий шашлык - с ароматом дыма и трав - можно приготовить лишь на природе, на открытом огне, а плов, сваренный в обычной кастрюле, не имеет права называться таковым!

Несмотря на свою древность, казан и мангал во всех вариациях сегодня как нельзя более актуальны. Данная книга поможет вам узнать больше об этих уникальных приспособлениях, а также подарит множество рецептов блюд, приготовленных с их помощью.

- Юлия Владимировна Бебнева
  - Введение
    -
  - Казан
    -
    - Блюда из мяса
      - Узбекский суп
        -
      - Ферганский суп с рисом
        -
      - Осетинский летний суп
        -
      - Осетинский белый суп
        -
      - Азербайджанский суп
        -
      - Шурпа
        -
      - Машхурда
        -
      - Суп афгани с лапшой
        -
      - Суп афгани с рисом
        -
      - Суп по-черкесски
        -
      - Мясо с овощами по-сирийски

- Басма
- Домляма
- Парча-бозбаш
- Мясо по-казахски
- Мясо с овощами и рисом
- Мясо по-татарски
- Ассорти с овощами
- Гювеч
- Ич пилав
- Мясо с фасолью и овощами
- Телятина с яблоками
- Баранина по-иранski
- Баранина по-грузински
- Баранье сердце с овощами
- Мясо с огурцами
- Утка тушеная по-турецки
- Гуляш по-восточному
- Баранина тушеная по-узбекски
- Баранина со специями
- Азу из телятины с овощами
- Ветчина в остром соусе
- Мясо ягненка в вине

- Мясо по-курдски
- Курица с рисом и айвой
- Рагу с курицей и кольраби
- Мясо по-марокканski
- Ягненок с абрикосами
- Мясное рагу
- Баранина по-казахски
- Тефтели в чесночном соусе
- Печень, тушенная с луком и зеленью
- Мясо с фасолью и помидорами
- Кролик с овощами
- Кролик с грибами
- Зайчатина по-осетински
- Мясо в яблочном вине
- Цыпленок с персиками
- Долма
- Мясо с изюмом и черносливом
- Восточная солянка
- Голубцы
- Узбекский плов
- Плов из курицы

- Блюда из рыбы и морепродуктов
  - Рыбные тефтели

- Солянка из белуги
- Форель с зеленью
- Голубцы из трески
- Кальмары, фаршированные овощами
- Угорь по-корсикански
- Судак в креветочном соусе
- Форель в томатном соусе с овощами
- Лосось в белом вине
- Морской окунь, тушенный в молоке
- Горбуша в сметане
- Рыба, тушенная с луком и морковью
- Креветки в белом соусе

- Блюда из грибов и овощей
  - Овощи, тушенные с гранатовым соком
  - Краснокочанная капуста по-мароккански
  - Кабачки и баклажаны в сливочном соусе
  - Рис с овощами
  - Овощи с зеленым луком
  - Капуста с яблоками
  - Ризотто с изюмом и черносливом
  - Кабачки с помидорами
  - Овощное рагу
  - Плов с тыквой

- Фасоль и помидоры с орехами
- Тушеные грибы
- Овощное ассорти
- Шампиньоны с беконом
- Овощной плов с творогом
- Рис со шпинатом
- Сладкие перцы, тушенные в мясном бульоне
- Фасоль с бобами
- Грибы в белом соусе
- Овощи с вешенками
- Вегетарианский плов
- Плов с грибами
- Фаршированные сладкие перцы
- Цукини и кабачки, тушенные с помидорами
- Тушеные бобы
- Перец, фаршированный по-русски
- Картофель по-походному
- Репа в белом соусе
- Цветная капуста с помидорами
- Кабачки с горчицей и айраном
- Кабачки по-крестьянски

- Грибы по-алтайски
- Грибы по-деревенски

- Барбекю
  - Барбекю из мяса и субпродуктов
    - Барбекю из говядины
    - Барбекю по-пастушьи
    - Барбекю из говяжьей вырезки
    - Барбекю по-мексикански
    - Барбекю из говядины со шпиком
    - Барбекю из телятины с помидорами
    - Барбекю из телятины с картофелем
    - Барбекю из говядины с рисом
    - Барбекю из говядины с артишоками
    - Барбекю из говяжьего фарша с кабачками и булочкой
    - Барбекю по-любительски
    - Баранина в горшочке
    - Барбекю из баранины в винном маринаде
    - Барбекю с солеными огурцами
    - Барбекю из телятины с луком
    - Барбекю с солеными огурцами
    - Барбекю из запеченной свинины
    - Барбекю из баранины с мадерой

- Барбекю по-славянски
- Барбекю в пивном маринаде
- Барбекю с пряными листьями
- Барбекю из свинины с картофельным пюре
- Барбекю из телятины с чабрецом
- Барбекю с пряными травами и яблоками
- Барбекю из вырезки
- Барбекю по-фермерски
- Барбекю из телятины, запеченной в бумаге
- Барбекю с картофелем
- Барбекю с огуречной начинкой
- Барбекю с морковной начинкой
- Барбекю из говядины с луком
- Барбекю из свинины на шпажках
- Барбекю из свинины и телятины
- Барбекю из свинины с персиками
- Барбекю по-осетински
- Барбекю из мяса кабана
- Барбекю из мяса лося
- Барбекю, маринованное в квасе
- Барбекю по-донскому
- Барбекю из печени

- Барбекю из печени в винном маринаде
- Барбекю из телячьих почек
- Барбекю из кролика
- Барбекю из кролика с яблоками
- Барбекю из баранины с чесноком

- Барбекю из птицы
  - Барбекю из индейки по-канадски
  - Барбекю из индейки с курагой
  - Барбекю из гуся в сливовом маринаде
  - Барбекю из гуся
  - Барбекю из утки
  - Барбекю из утки по-румынски
  - Барбекю из мяса утки и курицы
  - Барбекю из дикой утки
  - Барбекю по-македонски
  - Барбекю из куриных окорочков
  - Барбекю из курицы с зелеными помидорами
  - Барбекю из фазана
  - Барбекю из рябчика
  - Барбекю из перепелов
  - Барбекю из фаршированной утки
  - Барбекю из утки с медом

- Барбекю из курицы, маринованной в вине
- Барбекю из курицы с рисовым фаршем
- Барбекю из курицы по-литовски
- Барбекю из курицы с овощами
- Барбекю из курицы с сыром и яблоками
- Барбекю из цыпленка по-андалузски
- Барбекю из куриных грудок
- Барбекю из рябчика или куропатки
- Барбекю из утиной печени
- Барбекю из рыбы и морепродуктов
  - Барбекю из белуги
  - Барбекю из лосося
  - Барбекю из камбалы
  - Барбекю из рыбы с кизиловым соусом
  - Барбекю из угря
  - Барбекю из трески
  - Барбекю из камбалы с овощами
  - Барбекю из речной и морской рыбы
- Шашлыки
  - Шашлыки из мяса и мясопродуктов
    - Шашлык из говядины по-алтайски
    - Шашлык из телятины с айраном
    - Шашлык из телятины с картофелем

- Шашлык из говядины с персиками
- Шашлык из телятины по-гречески
- Шашлык из телятины с языком
- Шашлык из телятины по-румынски
- Шашлык из говядины с райхоном
- Шашлык из говядины с яблоками и помидорами
- Шашлык из телячьей печени
- Шашлык из говяжьего сердца
- Шашлык из говядины с гранатовым соком
- Шашлык из телятины с баклажанами
- Шашлык из телятины с имбирем
- Шашлык из телячьих почек и печени с помидорами
- Шашлык из говяжьей печени по-провански
- Шашлык из говядины с виноградным соком
- Шашлык из телятины по-грузински
- Шашлык из свинины с сухим вином
- Шашлык из говядины и свинины
- Шашлык из свинины по-македонски
- Шашлык из свинины с апельсинами
- Шашлык из свинины с ромом
- Шашлык на свиных ребрах с лимонным

соком

- Шашлык из свинины по-корейски
- Шашлык из свинины с минеральной водой
- Шашлык из свинины с майонезом и пивом
- Шашлык из свинины с сельдереем
- Шашлык из свинины с тыквенным соком
- Шашлык из свинины с луком
- Шашлык из свинины с ароматными специями
- Шашлык из баранины с чесноком, луком и зеленью
- Шашлык из баранины с помидорами
- Шашлык из баранины с газированной водой
- Шашлык из баранины по-казахски
- Шашлык из баранины с соком алычи
- Шашлык из баранины с кефиром и яблочным соком
- Шашлык из баранины по-башкирски
- Шашлык из баранины по-индийски
- Шашлык из баранины с чесноком
- Шашлык из баранины по-узбекски
- Шашлык из баранины по-ирански
- Шашлык из баранины по-словенски

- Шашлык из баранины с цукини
- Шашлык из баранины по-бешкекски
- Шашлык из бараньих почек
- Шашлык из бараньего ливера
- Шашлык из баранины по-румынски
- Шашлык из зайчатины
- Шашлык из мяса лося
- Шашлык из мяса косули
- Шашлык из мяса кабана
- Шашлык из сосисок с грудинкой
- Шашлык из немецких колбасок

- Шашлыки из птицы
  - Шашлык из индейки
  - Шашлык из рябчиков с клюквой
  - Шашлык из утки
  - Шашлык из курицы с абрикосами и чесноком
  - Шашлык из индейки с апельсиновым джемом
  - Шашлык из перепелок
  - Шашлык из куриной печени с томатным соком
  - Шашлык из гусиной печени с луком
  - Шашлык из куропаток с салом

- Шашлык из куриных окорочков
- Шашлык из утиных желудочков с луком

- Шашлыки из рыбы и морепродуктов
  - Шашлык из сома с луком
  - Шашлык из филе сига
  - Шашлык из горбуши
  - Шашлык из форели с лимонами
  - Шашлык из морского окуня
  - Шашлык из рыбы со шпиком
  - Шашлык из судака с салом
  - Шашлык из осетра
  - Шашлык из трески и скумбрии
  - Шашлык из зубатки со шпиком
  - Шашлык из речной рыбы с молоком
  - Шашлык из белуги
  - Шашлык из тунца с сыром
  - Шашлык из кальмаров
  - Шашлык из королевских креветок по-флоридски
  - Шашлык из креветок с беконом
  - Шашлык из мидий
  - Шашлык из тигровых креветок с соевым соусом
  - Шашлык из креветок по-португальски

- Соусы
  - Соус для мясного барбекю
  - Горячий соус для мясного барбекю
  - Соус к барбекю из свинины
  - Соус острый
  - Соус острый с луком
  - Соус томатный с луком
  - Соус к мясу
  - Соус сметанный
  - Соус сметанный с луком
  - Соус сметанный с лимонным соком
  - Соус сметанный с хреном
  - Соус из огурца с кефиром
  - Соус сырный
  - Соус ткемали
  - Соус сметанный к рыбе
  - Соус яблочно-томатный
  - Соус к рыбе
  - Соус из грецких орехов
  - Соус из соленого огурца с яйцом
  - Соус с хреном
  - Соус из горчицы с каперсами

- Соус морковный
- Соус яично-лимонный
- Соус с сахарной пудрой и растительным маслом
- Соус из томатной пасты с горчицей
- Соус из желтков с уксусом
- Соус с маринованными грибами
- Соус белый к рыбе
- Соус с белым столовым вином
- Соус с томатным пюре и корнишонами
- Соус яично-мучной
- Соус яично-масляный
- Соус с сухариками
- Соус со сладкими перцами
- Соус из грибов и лука
- Соус сацебели
- Соус бешамель
- Соус из лука-шалота

Юлия Владимировна Бебнева
Лето круглый год! Казан, мангал, барбекю

Введение

Огонь, костер, очаг – эти слова уже сами по себе вызывают приятные ассоциации и согревают душу. Долгой, холодной зимой россияне ждут, когда проснется природа и можно будет с друзьями и семьей отправиться в лес или на дачу, чтобы развести костер, поставить мангал, замариновать мясо для шашлыка или барбекю.

Культура и традиции питания очень важны в любом обществе. Приготовить пищу на углях – это целое искусство. Сколько тонкостей надо знать, чтобы зажарить мясо или рыбу, подготовить соус и маринад.

Блюда, приготовленные на открытом огне, по праву занимают почетное место в кулинарии всех народов мира. И в ресторанах, и на пикнике в лесу продукты, приготовленные на углях, пользуются непревзойденной популярностью и любовью у взрослых и детей.

Еще на заре человечества огонь помогал первобытному человеку в приготовлении мяса и рыбы. Туши добытых животных зажаривались на раскаленных углях, камнях или в золе. Позднее появился вертел, устанавливаемый непосредственно над огнем. Процесс приготовления пищи на костре наши предки запечатлевали наравне со сценами охоты и войны. Из этого напрашивается вывод, что искусство кулинарии произошло именно с тех незамысловатых приемов, которые помогали первобытным людям сделать пищу не только съедобной, но и вкусной.

Прошли тысячелетия, человечество изобрело электричество, микроволновые печи есть практически в каждом доме. Но пища, приготовленная на костре, по-прежнему навевает романтическое настроение на нас, жителей больших городов и мегаполисов. Куда как проще, положил продукты в микроволновую печь, подождал 10 минут и можно подавать на стол. Но проще не значит вкуснее. Разве может сравниться с пищей, приготовленной дома на кухне, плов в настоящем казане, шашлык или барбекю, зажаренный под открытым небом, на настоящих углях с запахом дыма и ароматных специй.

В России сложилась своя культура приготовления блюд с использованием мангалов, казанов и барбекю. Что-то было перенято из среднеазиатской, кавказской или европейской традиции, что-то осталось исконно русское. Но несомненно одно: искусство приготовления пищи на огне и углях совершенствуется и развивается с каждым годом, а старые традиции переплетаются

с новыми веяниями.

Казан

Без казана невозможно себе представить среднеазиатскую кухню. По-видимому, этот предмет кухонной утвари появился очень и очень давно. Именно в казане на огне готовятся вкуснейшие азиатские и кавказские блюда. Кулинары знают, что настоящий плов можно приготовить лишь в казане, обычная кастрюля и газовая плита не дадут того неповторимого аромата с дымком и нежного вкуса.

Россияне уже достаточно давно оценили и полюбили изыски среднеазиатской кухни. Многие блюда стали почти повседневными в нашем рационе. Некоторые из них мы с удовольствием готовим по праздникам. Отменно вкусными получатся блюда не только из мяса, но и из рыбы или овощей. Так что вегетарианцам в хозяйстве казан тоже лишним не будет.

Большинство россиян используют казан либо в пригородном доме, либо на даче. Но есть и такие люди, которые и в городской квартире привыкли готовить именно в нем. Следует отметить, что традиционный среднеазиатский казан – это достаточно вместительная емкость с крышкой. Ничего удивительного в этом нет, поскольку семьи в Азии всегда были большими, вместе жили несколько поколений. Да и гостей всегда встречали в домах часто и радушно.

Однако сейчас существует множество вариантов казана, различающихся по размеру и принципу использования. Поэтому прежде всего следует определиться перед покупкой, где он будет применяться, атакже какого объема он должен быть. Для использования на даче над открытым огнем следует выбрать казан полусферической формы с круглым дном. Хорошо если он будет чугунным, но подойдет и алюминиевый, из сплавов легких металлов. В загородном доме, где легко можно устроить во дворе очаг, желателен будет казан на 16–20 л. В такой емкости всегда можно приготовить еды на 15 человек. Для удобства такой казан часто устанавливают на стационарный очаг. В этом случае над огнем необходим навес на случай дождя.

Очаг можно сложить из кирпича, а камеру сгорания следует сделать из огнеупорного кирпича. Кроме того, надо соорудить дымоход с хорошей тягой. Вокруг казана – на уровне его краев – следует сделать небольшую площадку.

На ней во время готовки размещаются продукты, посуда и специи. Некоторые хозяева к таким стационарным казанам проводят газ. В этом случае удобнее сначала зажечь его, а затем уже разложить дрова поверх горелки. К тому же при

приготовлении некоторых блюд необходимо быстро убавить или увеличить огонь, а сочетание газа и дров помогает легко сделать это.

Казан должен находиться в очаге на две трети своей глубины. Дрова следует размещать на таком расстоянии от дна емкости, чтобы оно было объято язычками пламени. Однако не всегда есть возможность устроить на даче или в загородном доме подобный очаг. В этом случае можно изготовить нечто подобное из железной бочки и отрезка трубы значительного диаметра. Это будет переносной очаг. Чтобы дым уходил свободно, следует сделать отверстия в верхней части сооружения, но лучше все же соорудить из жестяной трубы дымоотвод в виде перевернутой буквы Г, закрепив ее в задней части бочки. Кроме того, можно приделать к основанию очага дно и ножки, тогда не придется наклоняться к нему слишком низко.

Когда очаг готов, следует его проверить. Для этого в казан надо налить воды и развести под ним огонь. Жидкость должна закипеть достаточно быстро, а пузырьки пара должны быть равномерно распределены на поверхности. Если все так, блюда на вашем очаге будут всегда получаться отлично.

В том случае, когда надобности в большом казане нет, можно устроить очаг и для казана емкостью 7–8 л. Его также следует сделать из кирпича или железа. Однако если казан будет использоваться в квартире (на газовой плите), необходимо подобрать соответствующий вариант емкости. Конечно, он не будет слишком большим. Кроме того, у такого казана должно быть спрямленное дно. Лучше всего для городской квартиры подойдет чугунное изделие: при готовке на газовой плите это позволит равномерно прогревать всю внутреннюю поверхность казана.

Стоит отметить, что для квартиры может подойти и алюминиевый казан. Главное, чтобы его стенки и особенно дно были толстыми. Для готовки на электроплите подойдет казан с небольшой тепловой инертностью (то есть небольшого веса).

Для газовой или электрической плиты самым подходящим казаном является емкость на 7–8 л. Это оптимальный вариант для средней семьи. В таком казане можно приготовить еды на 8–10 человек. Казан большего размера будет плохо прогреваться газовой горелкой. Для маленькой семьи (2–3 человека) можно приобрести совсем небольшой казанчик. Его легко использовать в городской квартире, но можно брать с собой и на дачу.

Итак, где же купить хороший казан? Среднеазиатские кулинары советуют покупать только на рынке. Известно, что на восточном базаре можно купить практически все, но что же

делать россиянам… На наших рынках весьма непросто найти традиционный азиатский казан. Можно конечно заказать посуду знакомым, которые едут по делам, например, в Узбекистан, Азербайджан, Туркменистан и т. д. Но можно поступить проще: подойти на рынке к продавцам (выходцам из Средней Азии) и спросить у них. За хорошую цену они наверняка предложат вам качественный казан. Но в любом случае при покупке стоит поторговаться – восточные традиции следует соблюдать.

Также поискать казан можно и в хозяйственных магазинах. Порой там можно встретить что-то подобное. Обычно это емкости французского или итальянского производства, имеющие яркую окраску и элегантный силуэт. Такая посуда, как правило, достаточно дорогая.

К тому же большинство таких «казанов» имеют эмалированную поверхность. Нетрудно представить, что будет с такой красивой посудой после одного сезона использования на открытом огне. В крайнем случае такая емкость подойдет для использования в квартире на газовой плите.

Еще более неподходящими являются тонкостенные «казаны» из непонятного металла с тефлоновым покрытием. Такая посуда не подходит для использования на открытом огне, поэтому казаном подобную емкость считать не стоит. Стоит также отметить, что небольшие, изготовленные из сплава меди и какого-то еще металла «казанчики», которые довольно часто наши туристы приобретают в Турции, также не являются казанами, как таковыми. Подобная посуда используется турками (и не только) для приготовления напитков, например, травяных лекарственных отваров и т. д.

Не стоит покупать казан с выщерблинами или наплывами на поверхности, поскольку эти дефекты говорят о низком качестве литья. К тому же очищать такую посуду будет непросто, особенно если блюдо при приготовлении подгорит. Новый чугунный казан должен быть абсолютно черным, а алюминиевый – безупречно белым, без темных или ржавых пятен.

Обычно на поверхности новой посуды имеется немного машинного масла – это нормально, поскольку его применяют при литье, чтобы изделие легче отлипало от формы. Для того чтобы удалить машинное масло, казан следует прокалить на огне. Чугунную емкость можно держать над огнем несколько часов, вреда от этого не будет. С алюминиевым следует быть осторожными, он может расплавиться, если оставить его надолго на сильном огне. Готовить новый казан к использованию лучше всего на даче или во дворе загородного дома, поскольку в квартире это чревато сильнейшим задымлением. Не удивляйтесь,

если соседи вызовут пожарных.

Когда машинное масло прогорит, нужно влить в казан примерно 400–500 мл растительного масла и снова поставить на огонь. Продолжать нагревание надо до тех пор, пока поверхность изделия не станет красноватого оттенка. Однако раскалять сам металл докрасна не следует. Примерно таким же образом надо прокалить все бока казана, постепенно переворачивая его по кругу. После этой процедуры надо подождать, пока масло остынет, и вылить его из емкости. Пусть казан полностью остынет, тогда его можно будет помыть теплой водой и насухо вытереть.

После такой обработки казан прослужит многие и многие годы. Продукты не будут пригорать в нем или прилипать ко дну. Но с любым казаном нужно обращаться бережно. После каждого использования его надо аккуратно очищать от остатков пищи и мыть теплой водой. Не рекомендуется использовать моющие средства, лучше налить в казан воду и прокипятить ее. Затем жидкость с остатками жира слить и вытереть емкость масляной салфеткой. Только после этого его можно убрать до следующей готовки.

Если казан долго не использовался, на нем могут появиться пятна ржавчины. В этом случае следует хорошо прокалить его над огнем и протереть маслом. Бывают случаи, когда после неправильного использования пища вдруг начинает пригорать в казане. Тогда надо поступить следующим образом: сначала раскалить емкость, после этого всыпать 1 кг соли и, помешивая, продолжить нагревание. Приблизительно через 1 час она приобретет бурый цвет. Следует высыпать ее, дать казану остыть и еще раз прокалить в нем масло.

Помните, прежде чем начать готовку в казане, его надо предварительно хорошо разогреть. И только потом можно положить сало (или влить масло), а затем уже и другие продукты. Традиционно в Средней Азии готовят на курдючном сале. Но большинству россиян запах этого продукта кажется несколько неприятным, поэтому не будет большого греха, если заменить его сливочным маслом, шпиком или растительным маслом (подсолнечным или оливковым).

Как уже говорилось выше, в казане можно готовить самые разнообразные продукты. Хотя у большинства россиян он прочно ассоциируется с пловом. Ничего удивительного в этом нет, поскольку это традиционное блюдо в Средней Азии. В России плов известен уже достаточно давно, впрочем, как и в Европе. Его приготовление – это целое искусство, секреты которого передаются из поколения в поколение. Специалист по

приготовлению этого старинного блюда обычно прекрасно знает свойства используемых им продуктов. Он, словно химик, умело сочетает белки, жиры, углеводы, витамины и минералы. Такой кулинар разбирается в сортах продуктов, умеет оценить их пищевую ценность. Но научиться готовить плов может любой человек, было бы желание.

Известно очень много вариантов приготовления плова. Порой они достаточно сильно отличаются друг от друга, ведь у каждого народа свои предпочтения в пище. Рецепты плова можно комбинировать, тогда появляются новые интересные варианты приготовления этого блюда. Традиционно плов готовится с мясом. Но в последние годы очень много людей придерживается вегетарианского рациона. Что ж, в казане можно приготовить и прекрасный вегетарианский плов из овощей и риса.

Для приготовления большинства пловов рис следует перебрать, промыть и замочить в воде на 1 час. В некоторых случаях его даже нужно готовить отдельно от овощей и мяса. При этом на дно посуды кладется тонкая лепешка из пресного теста, чтобы рис не пристал. А затем она подается вместе с пловом. Но, например, при приготовлении узбекского плова рис всыпается непосредственно в овощи с мясом.

В Европе большой популярностью пользуются ризотто (итальянский плов) и паэлья (испанский плов). Ризотто пришло в Италию из арабского мира. Сейчас существует очень много рецептов приготовления этого блюда с морепродуктами, мясом, грибами, сыром, ветчиной и овощами. То же самое можно сказать и о паэлье. Также известны рецепты пловов по-болгарски, по-филиппински, по-креольски, по-индонезийски и др.

Помимо плова, в казане можно приготовить множество других блюд. Например, очень вкусно получаются рыба и другие морепродукты (креветки, кальмары). Для тех людей, кто не любит мясо, существует много рецептов приготовления именно этих продуктов в казане. Речная и морская рыба после такой тепловой обработки получается необыкновенно вкусной и полезной.

На Востоке традиционно любят овощи и пряные травы. Готовить овощи в казане – одно удовольствие, особенно это приятно делать летом на даче, когда помидоры или кабачки только что собраны с грядки. А свежая зелень не только украшает любое блюдо, но и придает пище неповторимый, особенный вкус. Аромат только что сорванного укропа, базилика или петрушки пробуждает аппетит и улучшает настроение. В среднеазиатской кухне используется очень большое количество пряных трав, но в этой книге мы не будем говорить о них, поскольку в наших широтах они не растут. В связи с этим следует для приготовления

рекомендуемых нами блюд брать любимые россиянами травы: петрушку, укроп, сельдерей, зеленый лук, базилик, мяту и кинзу.

В казане также можно готовить фасоль и бобы. Эти продукты в сочетании с овощами получаются просто замечательно, особенно с удачно подобранным соусом. А аромат дымка, который приобретают шампиньоны или подосиновики, приготовленные в казане, делает блюдо достойным любого гурмана. Грибные пловы очень популярны в Европе.

Что же касается специй, если дома есть запас особенных восточных пряностей, это замечательно. Однако чаще всего у нас на полках есть лишь стандартный набор: черный или красный перец, корица, кориандр, горчица, гвоздика и т. д. Все они прекрасно подойдут практически для любого блюда из мяса, рыбы или овощей. Хотя порой на рынке можно найти такие пряности, как, например, зира, кумин, сушеный райхон или джамбул. Но, самое главное в использовании специй – это правильная дозировка и сочетание. Если не соблюдать эти 2 главных правила, можно легко испортить любое блюдо, поэтому, чтобы этого не случилось, придерживайтесь рецептов.

Блюда из мяса

Узбекский суп

- 250 г баранины
- 40 г сушеного гороха
- 20 г курдючного сала
- 2 луковицы
- 4 клубня картофеля
- 4 чернослива
- 17 г томатной пасты
- 1 сладкий зеленый перец
- 3 г хмели-сунели
- 2 г черного молотого перца
- 0,5 пучка зелени укропа
- 0,5 пучка зелени кинзы
- Соль по вкусу

1. Сушеный горох замочить и оставить на 2–3 часа.

2. Баранину нарубить кусками по 45–50 г, тщательно промыть и положить в казан, посолить, залить водой и тушить на небольшом огне в течение 20 минут.

3. Добавить нашинкованный репчатый лук, специи, нарезанный небольшими кусочками картофель, чернослив, мелко нарубленное курдючное сало, томатную пасту и нарезанный полосками сладкий перец.

4. Накрыть казан крышкой и довести до готовности, изредка помешивая.

5. Подавать суп на стол, посыпав измельченной зеленью.

Ферганский суп с рисом

- 350 г баранины
- 85 г риса
- 20 мл растительного масла
- 2 луковицы
- 3 зубчика чеснока
- 20 г томатной пасты
- 1 ч. л. хмели-сунели
- 5 г ткемали
- 4 чернослива
- 0,5 пучка зелени укропа
- 0,5 пучка зелени кинзы

• Черный молотый перец, соль по вкусу

1. Баранину промыть, нарезать небольшими кусками, выложить в казан, залить холодной водой и готовить на среднем огне в течение 10–12 минут.

2. Отдельно спассеровать в растительном масле измельченный лук, добавив томатную пасту, толченый чеснок, хмели-сунели и зелень кинзы.

3. Мясо соединить с подготовленными овощами, рисом, ткемали, черносливом и поперчить.

4. Долить воды до нужного объема (в зависимости от вместительности казана), посолить и готовить на небольшом огне 16–18 минут.

5. Перед подачей на стол в каждую тарелку положить немного измельченной зелени укропа.

Осетинский летний суп

• 3 л овощного бульона
• 400 г мяса гуся
• 2 яйца
• 2 моркови
• 85 г консервированного зеленого горошка
• 2 ст. л. сливок
• 25 г сливочного масла
• 1 пучок зелени укропа
• 5 горошин черного перца
• 15 г измельченного зеленого лука
• 3 г красного молотого перца
• 2 г молотого мускатного ореха
• Соль по вкусу

1. Мелко нарезать мясо гуся, положить в казан, залить бульоном, добавить очищенную морковь и сливочное масло и тушить в течение 10 минут.

2. Морковь извлечь, измельчить и снова положить в суп вместе с зеленым горошком, влить сливки, добавить перец горошком, тертый мускатный орех, посолить и поперчить.

3. Варить 8–10 минут, изредка помешивая.

4. Яйца отварить, очистить, нарезать кружочками и подавать, разложив по тарелкам и заливая супом. Поспать зеленым луком и укропом.

Осетинский белый суп

• 350 мл молока

• 2,5 л воды
• 400 г баранины (с костями)
• 3 луковицы
• 200 мл сливок
• 1000 мл сухого белого вина
• 40 г сливочного масла
• 2 ст. л. пшеничной муки
• 1 желток
• Черный молотый перец, соль по вкусу

1. Мясо нарезать большими кусками и выложить в казан.

2. Добавить нарезанный лук и влить 350 мл молока, смешанного с 1 л воды.

3. Накрыть крышкой и варить в течение 20 минут на среднем огне, затем добавить оставшуюся воду и кипятить еще 8 минут.

4. Муку смешать со сливочным маслом, развести бульоном до образования однородной массы и влить в суп, а затем добавить желток, взбитый со сливками.

5. Готовый суп снять с огня, посолить, поперчить, влить вино и хорошо перемешать.

Азербайджанский суп

• 370 г баранины
• 100 г гороха
• 25 г курдючного сала
• 4 клубня картофеля
• 2 луковицы
• 40 г томатной пасты
• 1 сладкий перец
• Соль по вкусу

1. Горох замочить в воде на 3 часа.

2. Баранину нарезать небольшими кусочками, промыть, выложить в казан, посолить и залить кипяченой водой и варить на небольшом огне 40 минут.

3. Добавить нарубленные лук и картофель, измельченное сало, томатную пасту и сладкий перец, нарезанный соломкой, и горох.

4. Накрыть казан крышкой и варить в течение 17–20 минут.

Шурпа

• 500 г баранины (или говядины)
• 6 клубней картофеля
• 2 моркови

• 2 луковицы
• 2–3 л воды
• 50 г томатного соуса
• 40 г сливочного масла
• 2 чернослива
• 4 горошины черного перца
• 3 г хмели-сунели
• 2 г красного молотого перца
• 7 г измельченного укропа
• 5 г измельченной кинзы
• Соль по вкусу

1. Мясо нарезать небольшими кусками и выложить в казан.

2. Добавить крупно нарезанную морковь, лук, сливочное масло и жарить на небольшом огне.

3. Затем влить воду, положить крупно нарезанный картофель, томатный соус, чернослив, всыпать черный перец горошком, хмели-сунели, поперчить, посолить и варить в течение 8–10 минут.

4. За 2 минуты до готовности добавить измельченную зелень укропа и кинзы.

5. Подавать на стол с пресными лепешками и свежими овощами.

Машхурда

• 550 г баранины (с костями)
• 75 г курдючного сала
• 1 репа
• 4 луковицы
• 100 г крахмалистого риса
• 130 г гороха маша
• 2 моркови
• 2,5 л воды
• 0,5 лимона
• 2 г сухого тертого имбиря
• 2 г молотой корицы
• 3 г аниса
• 0,5 пучка зелени укропа
• Соль по вкусу

1. Маш замочить в воде на 2,5 часа.

2. Мясо нарезать средними кусочками, а курдючное сало – мелкими, все выложить в казан и жарить до образования корочки.

3. Репу нарезать небольшими кусочками, морковь и лук – кольцами.

4. Выложить в казан подготовленные овощи, горох и рис, посолить, всыпать тертый имбирь, корицу и анис и тушить в течение 20 минут.

5. После этого все залить водой, накрыть крышкой и варить 10 минут, а за 3 минуты до готовности положить в суп кусочки лимона и измельченную зелень укропа.

Суп афгани с лапшой

- 450 г куриного мяса с костями
- 2,5–3 л воды
- 2 сладких перца
- 3 луковицы
- 2 корня сельдерея
- 3 моркови
- 45 г домашней лапши
- 45 г сливочного масла
- 8 г измельченной зелени укропа
- 4 г душистого перца
- 2 г молотой корицы
- 3 г хмели-сунели
- Соль по вкусу

1. Мясо курицы нарубить, промыть, выложить в казан вместе со сливочным маслом и жарить на небольшом огне в течение 20–25 минут.

2. Затем добавить нарезанные лук, морковь, корни сельдерея и сладкие перцы, добавить немного воды, всыпать корицу и хмели-сунели, посолить, поперчить и тушить 20 минут.

3. Влить в казан оставшуюся воду, довести до кипения, добавить лапшу и варить 7 минут.

4. За 1–2 минуты до готовности в суп всыпать измельченную зелень укропа.

Суп афгани с рисом

- 500 г мяса козленка
- 2 л воды
- 2 сладких желтых перца
- 45 г риса
- 3 моркови
- 2 луковица
- 35 мл растительного масла
- 3 лавровых листа
- 3 г белого молотого перца

• 2 г толченой паприки

• Соль, измельченная зелень укропа и кинзы по вкусу

1. Мясо козленка нарезать средними кусками, выложить в казан, добавить растительное масло и тушить на небольшом огне до тех пор, пока мясо не станет мягким.

2. Затем добавить нарезанные сладкие перцы, лук, морковь, промытый рис, всыпать белый молотый перец, паприку, посолить и тушить на небольшом огне в течение 20 минут.

3. После этого влить воду и варить суп 10 минут, в самом конце добавить лавровый лист и измельченную зелень кинзы и укропа.

Суп по-черкесски

• 400 г баранины (или телятины)

• 2,5 л воды

• 50 г риса

• 40 мл растительного масла

• 40 г томатной пасты

• 4 сушеных чернослива

• 3 луковицы

• 4–5 зубчиков чеснока

• 7 г измельченной зелени укропа

• 5 г измельченной зелени кинзы

• 2 г жгучего перца

• 4 г хмели-сунели

• Соль по вкусу

1. Мясо нарезать небольшими кусочками, выложить в казан, залить холодной водой так, чтобы она покрывала его, и варить приблизительно 50–60 минут.

2. Лук измельчить, соединить с томатной пастой и толченым чесноком, всыпать хмели-сунели, измельченную зелень кинзы, добавить растительное масло и тушить в течение 20–25 минут, периодически помешивая.

3. Подготовленные овощи выложить в казан с мясом, добавить рис, жгучий перец и чернослив без косточек.

4. Влить оставшуюся воду, посолить и варить 10–12 минут.

5. Перед подачей на стол посыпать измельченной зеленью укропа.

Мясо с овощами по-сирийски

• 600 г баранины

• 300 г баклажанов

• 2 луковицы
• 4 зубчика чеснока
• 45 г сливочного масла
• 3 ст. л. муки
• 500 мл воды
• 200 г сметаны
• 100 мл красного вина
• 7 г измельченной зелени петрушки
• 3 г черного молотого перца
• Соль по вкусу

1. Баранину нарезать поперек волокон небольшими кусками, выложить в казан, добавить измельченный лук, растертый чеснок и сливочное масло, влить вино, горячую воду и тушить на среднем огне в течение 45 минут.

2. Муку смешать с солью и перцем, в полученной массе обвалять мясо, добавить нарезанные небольшими кусочками баклажаны, накрыть крышкой, и тушить в течение 20 минут на слабом огне,

1–2 раза перемешать и держать на огне еще около 30 минут.

3. Дать блюду постоять 10 минут, затем влить сметану, посыпать измельченной зеленью петрушки и подать на стол.

Басма

• 1 кг баранины (или говядины)
• 6 луковиц
• 7 клубней картофеля
• 3 моркови
• 350 г капусты
• 3 помидора
• 1 баклажан
• 2 сладких перца
• 1 свекла
• 1 острый перец
• 1 яблоко
• 2 огурца
• 60 г стручковой фасоли
• 2 г зира
• 2 г кориандра
• Соль, зелень укропа по вкусу

1. Баранину нарубить, выложить в казан жиром вниз и посыпать солью, зирой и кориандром.

2. После этого выложить слоями нарезанные лук, помидоры, морковь и картофель. Затем добавить измельченные сладкие

перцы, огурцы, яблоко, баклажан, свеклу и стручковую фасоль, а сверху положить очищенный чеснок, острый перец (целиком) и зелень укропа.

3. Посолить, добавить небольшое количество нарубленной капусты, а затем положить капустные листья.

4. Казан плотно закрыть крышкой (пар не должен выходить) и готовить на среднем огне в течение 45–60 минут.

5. На блюдо сначала выложить капустные листы, а потом все по очереди (чеснок и острый перец должны быть сверху).

Домляма

- 800 г телятины (или баранины)
- 5 луковиц
- 3 моркови
- 3 сладких красных перца
- 2 баклажана
- 3 помидора
- 6 клубней картофеля
- 5–6 капустных листьев
- 5 г зелени укропа
- 2 г кориандра
- 2 г аниса
- Черный молотый перец, соль по вкусу

1. В казан выложить нарубленное небольшими кусками мясо жиром вниз, посолить, поперчить, посыпать кориандром и анисом.

2. Сверху выложить нарезанный кольцами лук, посолить и поперчить, затем – слой нарезанной вдоль моркови, посыпать черным перцем и солью, потом – баклажаны, нарезанные кружками, и посолить.

3. Сладкие перцы, помидоры и картофель нарезать кружками и также аккуратно выложить в казан слоями, посыпав каждый из них солью и черным перцем.

4. Сверху положить капустные листья, накрыть крышкой и держать на слабом огне в течение 2,5 часа.

5. Перед подачей на стол посыпать измельченной зеленью укропа.

Парча-бозбаш

- 600 г баранины
- 2,5 л воды
- 100 г нута

• 2 помидора
• 1 айва
• 8 каштанов
• 4 клубня картофеля
• 1 пучок зеленого лука
• 5 г измельченной зелени кинзы
• 3 г молотого шафрана
• 3 г толченого барбариса
• 2 г сушеной мяты
• 2 г измельченного имбиря
• 3–4 горошины черного перца
• Соль по вкусу

1. Нут замочить в теплой воде на 3,5 часа.

2. Каштаны прокалить в духовке, очистить и варить в небольшом количестве подсоленной воды 20 минут.

3. Мясо разрезать на небольшие куски, выложить в казан и обжаривать до образования золотистой корочки.

4. Затем добавить перец горошком, имбирь, шафран, барбарис, нарезанный кольцами лук и нут.

5. Залить кипящей водой и тушить на небольшом огне в течение 40 минут.

6. После этого добавить очищенный картофель, каштаны, измельченную айву, помидоры, нарезанные небольшими кусочками, и держать на огне еще 35 минут.

7. Готовое блюдо разлить по порционным тарелкам и посыпать мятой и зеленью кинзы.

Мясо по-казахски

• 1 кг баранины
• 500 г конины
• 2 лавровых листа
• 3 луковицы
• 1 пучок зеленого лука
• 0,5 пучка зелени петрушки
• 0,5 пучка зелени укропа
• Черный молотый перец, соль по вкусу

Для теста

• 3 стакана муки
• 2 яйца
• 120 мл мясного бульона

1. Мясо нарезать средними кусками, выложить в казан и залить холодной водой так, чтобы оно было полностью закрыто.

2. Довести до кипения, осторожно снять пену и варить на

небольшом огне примерно 3 часа. Все это время с бульона надо снимать жир.

3. За 20 минут до готовности добавить соль, перец, 1 луковицу и лавровый лист.

4. После этого мясо вынуть из бульона и срезать с костей тонкими широкими полосками.

5. Из муки, яиц и бульона замесить крутое тесто, раскатать в пласт толщиной 1–1,5 мм, нарезать квадратами размером 10 х 10 см и отварить в бульоне.

6. В отдельную емкость положить нарезанный кольцами оставшийся репчатый лук, нашинкованную зелень (оставив немного для украшения), посолить, поперчить, залить жиром, снятым с бульона, добавить немного бульона и держать на слабом огне 10–12 минут.

7. После этого выложить готовое тесто на подогретое блюдо, сверху поместить мясо и залить подливкой из лука с зеленью.

8. Бульон подать в отдельных пиалах, посыпав сверху оставшейся мелко нарезанной зеленью.

Мясо с овощами и рисом

- 250 г свинины
- 300 г говядины
- 35 мл растительного масла
- 55 г риса
- 3 помидора
- 3 луковицы
- 1 баклажан
- 2 сладких перца
- 1 пучок зелени петрушки
- Красный молотый перец, соль по вкусу

1. Мясо промыть и нарезать небольшими кубиками.

2. Сладкие перцы промыть, удалить плодоножки и семена, баклажаны и лук очистить.

3. Подготовленные овощи мелко нарезать, смешать, посолить, поперчить, полить небольшим количеством растительного масла и оставить на 25 минут.

4. Выложить в казан половину нарезанных ломтиками помидоров, половину подготовленных овощей, мясо и снова овощи и помидоры, затем добавить промытый рис и влить 200 мл воды и оставшееся растительное масло.

5. Накрыть казан крышкой и тушить в течение 1,5 часа, а перед подачей на стол посыпать измельченной зеленью петрушки.

Мясо по-татарски

• 650 г баранины
• 150 г конины
• 130 г говядины
• 1 л воды
• 4 клубня картофеля
• 1 луковица
• 3 лавровых листа
• 5 горошин черного перца
• Соль по вкусу

Для теста

• 340 г пшеничной муки
• 130 мл мясного бульона (или воды)
• 2 яйца
• 8 г соли

Для подливки

• 200 мл бульона
• 2 луковицы
• Черный молотый перец, соль, зелень укропа по вкусу

1. Мясо промыть, нарезать небольшими кусками, выложить в казан с холодной водой, довести до кипения, убавить огонь, снять пену и при небольшом кипении варить до готовности.

2. За 35 минут до окончания варки посолить, добавить лавровый лист, лук и черный перец горошком.

3. Из муки, яиц, бульона и соли замесить тесто, оставить его на 35–40 минут, а затем раскатать в пласт толщиной 1,5 мм и нарезать квадратиками со стороной 8 см.

4. За 20 минут до окончания варки в бульон положить очищенный картофель, а затем вместе с мясом переложить в закрытую емкость.

5. Для приготовления подливки лук нарезать кольцами, посолить, поперчить, добавить измельченную зелень, залить бульоном, накрыть крышкой и потушить.

6. В кипящий бульон добавить нарезанное квадратиками тесто и варить до готовности, затем выложить его на блюдо, сверху – мяса, на него – тушеный лук, а по краям – отварной картофель.

Ассорти с овощами

• 1 кг мяса ягненка
• 400 г филе курицы
• 3 луковицы

• 3 моркови
• 150 г корня пастернака
• 300 г зеленой фасоли
• 5 клубней картофеля
• 1 лимон
• 40 г сливочного масла
• 0,5 пучка зелени укропа
• Черный молотый перец, соль по вкусу

1. Мясо ягненка нарезать кубиками, положить в казан вместе со сливочным маслом и тушить, накрыв крышкой, на среднем огне в течение 50 минут.

2. Лук нарезать кубиками, морковь – соломкой и пастернак – кружочками. Подготовленные овощи добавить вместе с фасолью к мясу и держать на огне 45 минут.

3. Филе курицы измельчить, выложить слоем поверх овощей, посолить, поперчить, добавить небольшое количество нашинкованной зелени укропа и картофель, нарезанный брусочками.

4. Накрыть казан крышкой и тушить до готовности мяса (приблизительно 30–35 минут).

5. Мякоть лимона натереть на терке, залить горячей водой и дать постоять.

6. Аккуратно слить жидкость из казана, слить воду, добавить оставшуюся измельченную зелень укропа и выложить лимонную смесь на картофель. Снова накрыть крышкой и держать на слабом огне еще 17–20 минут.

Гювеч

• 6 баклажанов
• 6 сладких перцев
• 3 моркови
• 3 луковицы
• 4 помидора
• 5 зубчиков чеснока
• 45 мл подсолнечного масла
• 1 пучок зелени петрушки
• 1 пучок зелени укропа
• 0,5 пучка сельдерея
• 1 лавровый лист
• Черный молотый перец, соль по вкусу

1. Баклажаны помыть, разделить вдоль на 4 части и нарезать брусками толщиной 1,5 см, после чего выложить их в емкость слоями, посыпать солью и оставить на 45–50 минут. После того

как с них стечет жидкость, подсушить их и обжарить в подсолнечном масле до появления золотистого оттенка.

2. В небольшом казане сначала обжарить нарубленный лук, затем добавить нарезанную колечками морковь, слегка потомить, положить нашинкованные полукольцами сладкие перцы и жарить, периодически перемешивая, в течение 8 минут.

3. После этого выложить в казан подготовленные баклажаны, размятые помидоры, посолить, положить лавровый лист, измельченную зелень сельдерея, довести до кипения и, уменьшив огонь, тушить 30 минут.

4. Затем добавить нарубленную зелень петрушки и укропа, измельченный чеснок, поперчить и держать на слабом огне еще 5–7 минут.

Ич пилав

- 200 г риса
- 50 г фисташек
- 40 г изюма
- 300 г бараньей печени
- 1 луковица
- 200 г сливочного масла
- 1,5 л мясного бульона (или воды)
- 20 г сахара
- 1 пучок зелени петрушки
- 3 г белого перца
- Черный молотый перец, соль по вкусу

1. Рис всыпать в кастрюлю, добавить соль, залить кипятком и оставить на 30–35 минут, после чего несколько раз промыть в холодной воде.

2. Лук очистить и нашинковать.

3. Изюм перебрать, промыть и замочить в теплой воде, а затем слить ее.

4. Печень очистить от пленки и протоков и хорошо промыть.

5. В казане растопить сливочное масло, немного обжарить в нем фисташки до розового цвета, затем добавить лук, печень, нарезанную небольшими кусочками, рис и, периодически помешивая, потушить на небольшом огне.

6. Затем влить бульон, всыпать изюм, соль, белый перец, сахар и тщательно перемешать.

7. Довести до кипения, после чего уменьшить огонь и варить в течение 15 минут, после чего снять казан с плиты, накрыть салфеткой и оставить на 10–15 минут.

8. Перед подачей на стол посыпать измельченной зеленью

петрушки.

Мясо с фасолью и овощами

• 350 г говяжьего фарша
• 4 помидора
• 2 луковицы
• 3 зубчика чеснока
• 1 сладкий перец
• 1 банка консервированной (или отварной) фасоли
• 25 мл растительного масла
• 3 г хмели-сунели
• Черный молотый перец, соль по вкусу

1. Лук очистить и нарезать кольцами. Сладкий перец очистить, промыть, разрезать пополам и нашинковать. Чеснок очистить и натереть на мелкой терке.

2. Подготовленные ингредиенты поместить в казан и тушить в растительном масле, накрыв крышкой, в течение 20 минут.

3. В тушеные овощи положить фарш, размятые помидоры, всыпать хмели-сунели, посолить, поперчить, хорошо перемешать и тушить, не накрывая крышкой, 15–18 минут. Затем добавить фасоль без маринада, перемешать и томить еще 12 минут, после чего снять с огня и дать постоять 5–7 минут, а затем разложить по порционным тарелкам.

Телятина с яблоками

• 600 г телятины
• 40 г животного жира
• 2 зеленых яблока
• 3 луковицы
• 10 г измельченной зелени сельдерея или петрушки
• Черный молотый перец, соль по вкусу

1. Жир растопить в казане, выложить телятину, нарезанную кубиками, и жарить до образования золотистой корочки. Добавить измельченный лук и держать на небольшом огне 15–18 минут.

2. Затем всыпать яблоки, накрыть крышкой и тушить в течение 10 минут, после чего посыпать нарубленной зеленью, посолить, поперчить и перемешать.

Баранина по-ирански

• 700 г баранины

• 4 луковицы
• 3 баклажана
• 4 помидора
• 40 г сливочного масла
• 1 ст. л. кукурузной муки
• 85 мл молока
• 55 г тертого овечьего сыра
• 1 пучок зелени петрушки
• Черный молотый перец, соль по вкусу

1. Баранину нарезать небольшими кусочками, выложить в казан вместе со сливочным маслом (30 г) и жарить на небольшом огне в течение 45 минут.

2. Затем добавить нашинкованный лук, посолить, поперчить, накрыть крышкой и тушить 30 минут.

3. Помидоры очистить, размять и добавить к мясу. Все перемешать и держать на огне еще 10 минут.

4. Баклажаны помыть, очистить, запечь в духовке, нарезать, смешать с оставшимся маслом и кукурузной мукой, посыпать тертым овечьим сыром и измельченной зеленью, влить молоко, накрыть крышкой и томить 10–12 минут. Мясоовощную массу выложить на блюдо и подать на стол вместе с пюре из баклажанов.

Баранина по-грузински

• 650 г баранины
• 3 луковицы
• 3 помидора
• 25 г томатной пасты
• 1 ч. л. 3 %-ного уксуса
• 40 мл сухого красного вина
• 35 г сливочного масла
• Черный молотый перец, соль по вкусу

1. Мясо промыть и нарезать небольшими кусочками, выложить в казан, добавить измельченный лук, томатную пасту, уксус, вино, сливочное масло, влить 7 ст. л. воды, хорошо перемешать и тушить, накрыв крышкой, на небольшом огне в течение 1,5 часа.

2. Помидоры очистить, нарезать, положить в казан, посолить, поперчить и тушить еще 25 минут. Перед подачей на стол дать мясу немного постоять.

Баранье сердце с овощами

• 600 г бараньего сердца
• 3 луковицы
• 3 помидора
• 1 яблоко
• 45 г сливочного масла
• 30 г томатной пасты
• 1 ст. л. винного уксуса
• 17 г сахара
• 1 лавровый лист
• Соль по вкусу

1. Сердце очистить, нарезать небольшими кусочками, посолить, выложить в казан, добавить сливочное масло и жарить на небольшом огне в течение 45–55 минут.

2. Добавить измельченный лук, нарезанное ломтиками яблоко, размятые помидоры, уксус, томатную пасту, сахар, соль и лавровый лист.

3. Казан накрыть крышкой и тушить 40 минут, периодически помешивая.

Мясо с огурцами

• 500 г телятины
• 3 луковицы
• 2 соленых огурца
• 4 зубчика чеснока
• 35 г томатной пасты
• 35 мл оливкового масла
• 150 мл мясного бульона
• 100 мл сухого белого вина
• 3 г хмели-сунели
• 0,5 зелени петрушки
• Соль по вкусу

1. Мясо нарезать небольшими кусочками, смешать с нашинкованным луком, добавить оливковое масло и тушить в казане на среднем огне 45 минут.

2. Добавить томатную пасту, мелко нарезанные огурцы, измельченный чеснок, хмели-сунели, влить белое вино и мясной бульон и держать на огне еще 30 минут.

3. Положить в казан измельченную петрушку, посолить, накрыть крышкой и оставить на 15 минут.

Утка тушеная по-турецки

• 550 г филе утки

• 10 г сливочного масла
• 150 мл мясного бульона
• 10 г зерен горчицы
• 3 луковицы
• 50 мл сухого красного вина
• 20 мл сока айвы
• 40 г кукурузной муки
• 25 г измельченного свежего эстрагона
• 3 г белого перца
• 8 г обжаренного миндаля
• Соль по вкусу

1. Филе утки мелко нарезать. Лук очистить и нашинковать полукольцами.

2. Подготовленные ингредиенты поместить в казан, добавить сливочное масло, накрыть крышкой и жарить до образования золотистой корочки (25–30 минут).

3. Влить мясной бульон и держать на огне еще 20 минут.

4. Зерна горчицы соединить с вином, соком айвы, миндалем, эстрагоном, белым перцем, посолить и хорошо перемешать.

5. Полученный соус влить в казан и держать на слабом огне в течение 7–8 минут, после чего выложить мясо на подогретые тарелки.

6. Кукурузную муку соединить с небольшим количеством воды и перемешивать до образования однородной массы, потом выложить в казан и держать на огне до кипения, после чего снова перемешать и полить полученным соусом утку.

Гуляш по-восточному

• 600 г мяса козленка
• 45 г сливочного масла
• 2 сладких зеленых перца
• 2 моркови
• 2 луковицы
• 2 помидора
• 200 мл мясного бульона
• 85 мл белого сухого вина
• 2 ст. л. крахмала
• Красный молотый перец, соль по вкусу

1. Мясо козленка промыть, нарезать небольшими кусками, выложить в казан, добавить сливочное масло и тушить на слабом огне примерно 60 минут.

2. Сладкие перцы нарезать ломтиками, помидоры – колечками, морковь и лук – полукольцами.

3. Подготовленные овощи добавить в казан, залить бульоном, посолить, поперчить, накрыть крышкой и тушить на небольшом огне в течение 35–40 минут.

4. Пищевой крахмал развести в вине, добавить в гуляш и держать на огне еще 20 минут.

Баранина тушеная по-узбекски

- 600 г баранины
- 5 клубней картофеля
- 4 помидора
- 2 баклажана
- 3 луковицы
- 50 г гороха нут
- 35 г сливочного масла
- 3 ст. л. воды
- 0,5 пучка зелени петрушки (или укропа)
- 2 г душистого перца
- 2 г кориандра
- 2 г молотой корицы
- Соль по вкусу

1. Горох нут замочить в теплой воде.

2. Баранину промыть, нарезать продолговатыми кусками, выложить в казан, добавить сливочное масло и жарить на среднем огне в течение 25 минут.

3. Лук нашинковать, картофель нарезать брусками, баклажаны – кружками.

4. Подготовленные овощи добавить в казан с мясом, влить воду, накрыть крышкой и тушить 30 минут.

5. Посолить, добавить душистый перец, кориандр и корицу, положить разрезанные пополам помидоры, посыпать измельченной зеленью, влить немного воды и держать на слабом огне еще 8–9 минут.

Баранина со специями

- 550 г баранины
- 3 луковицы
- 40 г томатной пасты
- 35 г сливочного масла
- 3 г красного молотого перца
- 3 г кориандра
- 2 г зиры
- Соль по вкусу

1. Мясо хорошо промыть и нарезать небольшими кусочками.

2. Лук очистить, нашинковать, смешать с бараниной, выложить в казан, добавить сливочное масло и тушить в течение 1 часа.

3. Всыпать красный перец, зиру, кориандр, посолить, накрыть крышкой и тушить 20–25 минут.

4. Томатную пасту развести водой, влить в казан с мясом и держать на среднем огне еще 25–30 минут.

Азу из телятины с овощами

- 500 г телятины
- 6 клубней картофеля
- 2 луковицы
- 2 моркови
- 1 сладкий перец
- 1 соленый огурец
- 10 г ржаной муки
- 25 г томатной пасты
- 18 г сливочного масла
- 20 г жира
- 3 зубчика чеснока
- 2 г кориандра
- Черный молотый перец, соль по вкусу

1. Мясо промыть, нарезать маленькими кусочками, выложить в казан, добавить жир и жарить до образования румяной корочки, после чего добавить картофель, нарезанный кубиками.

2. Выложить в казан измельченные лук, морковь и сладкий перец, влить немного воды и тушить на небольшом огне в течение 30 минут.

3. Добавить мелко нарезанный огурец, немного воды и держать на огне еще 15 минут.

4. Муку, томатную пасту, сливочное масло, толченый чеснок, кориандр, соль и черный перец развести небольшим количеством соуса, оставшегося от тушения, залить полученной смесью мясо и тушить еще 15–18 минут.

Ветчина в остром соусе

- 450 г ветчины
- 2 луковицы
- 1 стручок жгучей паприки
- 40 г сливочного масла
- 3 зубчика чеснока

• 5 помидоров
• 250 мл сливок
• 2 г сахара
• 2 г кайенского перца
• 20 г измельченного укропа
• Соль по вкусу

1. Лук очистить и измельчить. Паприку разрезать пополам, удалить семена, промыть и мелко нарезать.

2. Лук, паприку, сливочное масло и растертый с солью чеснок выложить в небольшой казан и тушить на небольшом огне 15–18 минут.

3. Помидоры очистить, удалить семена, мелко нарезать, вместе со сливками добавить к овощам и заправить солью, перцем и сахаром.

4. Куски ветчины положить в полученный соус и тушить 10 минут.

5. Ветчину разложить по порционным тарелкам, полить соусом и посыпать нарубленной зеленью.

Мясо ягненка в вине

• 500 г мяса ягненка
• 3 луковицы
• 1 цукини
• 40 г животного жира
• 120 мл мясного бульона
• 150 мл сухого красного вина
• 2 г аниса
• 3 г молотой корицы
• Черный молотый перец, соль по вкусу

1. Мякоть ягненка замочить в вине вместе с измельченным луком на 3–4 часа.

2. Цукини очистить и нарезать тонкими брусками.

3. Мясо извлечь, обсушить и нарезать небольшими кусочками.

4. Жир разогреть в казане, выложить в него мясо и обжаривать на небольшом огне примерно 35 минут. Затем посолить, поперчить, добавить анис и корицу, влить 75 мл вина, в котором замачивалось мясо, затем добавить бульон, лук и цукини и тушить 35 минут. Чтобы мясо стало более мягким, надо влить в казан немного вина или бульона.

Мясо по-курдски

• 250 говядины
• 500 г баранины
• 3 зубчика чеснока
• 3 луковицы
• 300 г капусты
• 200 мл красного вина
• 40 г сливочного масла
• 1 ст. л. ржаной муки
• 1 пучок зелени укропа
• 3 г белого перца
• Соль по вкусу

1. Говядину и баранину нарезать средними кусками, выложить в казан вместе со сливочным маслом и жарить на небольшом огне в течение 30 минут.

2. Добавить измельченный чеснок, очищенный лук (целиком), нашинкованную капусту, поперчить, посолить, всыпать муку, хорошо перемешать и тушить на медленном огне 30 минут, а затем аккуратно влить красное вино.

3. Казан накрыть крышкой и держать на огне еще 15 минут, периодически перемешивая. Перед подачей на стол посыпать нарубленной зеленью укропа.

Курица с рисом и айвой

• 400 г филе курицы
• 200 г длиннозерного риса
• 200 мл овощного бульона
• 60 г оливок
• 1 сладкий перец
• 2 луковицы
• 3 зубчика чеснока
• 40 г айвы
• 50 г сливочного масла
• 2 г молотого шафрана
• 2 г паприки
• Черный молотый перец, соль по вкусу

1. Филе курицы мелко нарезать, положить в казан и обжарить в небольшом количестве растопленного сливочного масла до образования румяной корочки.

2. Рис замочить на 1 час, после чего смешать с шафраном и выложить в казан, влить бульон, посыпать измельченным сладким перцем, луком, нарезанным кружочками, измельченной айвой, толченым чесноком, посолить и поперчить.

3. Тушить на слабом огне примерно 40–45 минут. Затем

посыпать солью, черным перцем и паприкой. Сверху блюдо покрыть слоем нарезанных оливок и смазать оставшимся сливочным маслом.

4. Казан накрыть крышкой и тушить в течение 25–30 минут.

Рагу с курицей и кольраби

- 1 курица
- 300 г кольраби
- 3 моркови
- 2 луковицы
- 2 помидора
- 3 зубчика чеснока
- 40 мл растительного масла
- 1 пучок зелени петрушки
- Черный молотый перец, соль по вкусу

1. Тушку курицы промыть, нарезать небольшими кусочками, выложить в казан, добавить растительное масло и жарить на среднем огне 18–20 минут.

2. Морковь, лук и кольраби очистить, измельчить, положить на мясо, добавить очищенный чеснок, посолить, поперчить и залить водой.

3. Накрыть казан крышкой и тушить на небольшом огне в течение 30–35 минут.

4. Затем добавить зелень, нарезанные кубиками помидоры и держать на огне еще 20 минут.

Мясо по-марокканski

- 650 г говядины
- 125 г курдючного сала
- 5 луковиц
- 4 сладких перца
- 2 зубчика чеснока
- 40 мл растительного масла
- 20 г фисташек
- 1 веточка райхона
- 3 г красного молотого перца
- 2 г черного молотого перца
- Соль по вкусу

1. Мясо промыть и нарезать небольшими кубиками, сало и лук измельчить.

2. В казане растопить сало, положить в него мясо, лук, чеснок и слегка обжарить.

3. Хорошо перемешать, влить немного воды и тушить на слабом огне в течение 40 минут.

4. После этого влить столько воды, чтобы она почти покрывала мясо, посолить, поперчить, добавить райхон и нарезанные кольцами сладкие перцы и готовить на небольшом огне 25–30 минут. Положить в казан растертые фисташки и тушить еще 20 минут.

Ягненок с абрикосами

- 550 г мякоти ягненка
- 3 луковицы
- 2 г молотой корицы
- 1 ст. л. кукурузной муки
- 35 мл оливкового масла
- 100 г сушеных абрикосов
- 35 г томатного пюре
- 200 мл мясного бульона
- 1 красный сладкий перец
- Пряности, черный молотый перец, соль по вкусу

1. Лук очистить и мелко нарубить, добавить корицу, соль, черный перец, пряности и кукурузную муку. Выложить полученную массу в прочный пакет из пищевой бумаги и поместить туда куски ягненка.

2. Затем все осторожно встряхивать, пока кусочки мяса не будут покрыты луковой панировкой.

3. Выложить мясо и лук в казан, чтобы куски ягненка можно было сложить в 1–2 слоя, и влить оливковое масло и немного воды, после чего накрыть крышкой и тушить на среднем огне в течение 50–60 минут.

4. Добавить в казан абрикосы, томатное пюре, взбитое с горячим бульоном, и держать на огне, не снимая крышку, 45–50 минут.

5. Сладкий перец очистить от семян и сердцевины, нарезать соломкой, добавить в казан с ягненком и абрикосами и тушить в течение 20–25 минут, пока мясо не станет мягким. Перед подачей на стол дать блюду постоять 5 минут.

Мясное рагу

- 400 г баранины
- 300 г мяса козленка
- 150 мл томатного соуса
- 3 луковицы

• 4 помидора
• 50 мл растительного масла
• 35 мл лимонного сока
• 3 г столовой горчицы
• 4 г белого молотого перца
• Соль по вкусу

1. Баранину и мясо козленка нарезать небольшими кусками, выложить в казан и жарить в растительном масле 25–30 минут.

2. Лук очистить, мелко нарезать, добавить оставшееся после жаренья масло, томатный соус и тушить в кастрюле, накрыв крышкой, в течение 7 минут.

3. Подготовленный лук переложить в казан, влить лимонный сок, немного воды и тушить под крышкой примерно 35 минут, а затем оставить на 5 минут.

4. Помидоры нарезать кружками и положить в казан вместе с горчицей, посолить, поперчить и держать на слабом огне, накрыв крышкой, 15–20 минут.

5. Аккуратно слить лишний сок, мясо перемешать и тушить еще 15 минут.

Баранина по-казахски

• 600 г баранины
• 3 луковицы
• 40 г сливочного масла
• 50 г томатной пасты
• 50 мл воды
• Красный молотый перец, соль по вкусу

1. Баранину хорошо промыть и некрупно нарезать. Репчатый лук мелко нарубить, смешать с мясом, выложить в казан, добавить сливочное масло и тушить 35–40 минут.

2. После этого мясо поперчить, посолить, накрыть крышкой и держать на огне еще 15–18 минут.

3. Томатную пасту развести в воде, влить в казан и тушить в течение 15–17 минут.

Тефтели в чесночном соусе

• 550 г телятины
• 120 г зеленого лука
• 40 г томатного пюре
• 1 яйцо
• 30 мл растительного масла
• 200 мл мясного бульона

• 3 ст. л. муки
• 4 зубчика чеснока
• 4 горошины черного перца
• 2 лавровых листа
• Соль по вкусу

1. Мясо пропустить через мясорубку, добавить нашинкованный зеленый лук, яйцо и тщательно перемешать.

2. Сформовать из полученного фарша небольшие шарики, обвалять их в муке, выложить в казан, добавить растительное масло и слегка обжарить.

3. Затем соединить мясной бульон с томатным пюре, добавить перец горошком, растертый с солью чеснок, лавровый лист и залить полученной смесью тефтели.

4. Накрыть казан крышкой и тушить примерно 20 минут.

Печень, тушенная с луком и зеленью

• 500 г телячьей печени
• 30 г топленого сала
• 3 луковицы
• 35 г сметаны
• 20 мл томатного соуса
• 1 пучок зелени укропа
• 18 г муки
• Черный молотый перец, соль по вкусу

1. Печень промыть, очистить от пленок и крупных протоков, нарезать кубиками и выложить в казан.

2. Лук мелко нарубить, смешать с печенкой, посыпать мукой, добавить сало, накрыть крышкой и тушить на небольшом огне в течение 20 минут.

3. Затем положить сметану, половину измельченной зелени укропа и томатный соус, посолить, поперчить, снова накрыть крышкой и довести до готовности.

4. Перед подачей на стол посыпать оставшейся зеленью укропа.

Мясо с фасолью и помидорами

• 600 г говядины
• 5 помидоров
• 350 г отварной фасоли
• 2 луковицы
• 1 сладкий перец
• 60 г топленого (или сливочного) масла

• Красный молотый перец, соль по вкусу

1. Мясо хорошо помыть, разрезать на небольшие куски, поперчить, посолить, выложить в казан, добавить топленое масло и готовить примерно 35–45 минут.

2. Лук и сладкий перец очистить и нашинковать.

3. Помидоры обдать кипятком и удалить кожицу.

4. Измельченные сладкий перец и лук всыпать в казан, перемешать, а вокруг положить очищенные спелые помидоры. Влить немного горячей воды, накрыть крышкой и тушить в течение 18 минут.

5. Затем хорошо перемешать, добавить фасоль и держать на огне еще 20 минут.

Кролик с овощами

• 500 г мяса кролика
• 45 г сливочного масла
• 2 моркови
• 1 корень петрушки
• 1 корень сельдерея
• 2 луковицы
• 2 лавровых листа
• 5 горошин черного перца
• 2 г кардамона
• Соль по вкусу

1. Мясо кролика промыть в теплой воде, нарезать небольшими кусками, выложить в казан вместе со сливочным маслом и обжарить до образования румяной корочки.

2. Затем добавить измельченные морковь, лук и коренья петрушки и сельдерея, лавровый лист, кардамон и перец горошком, посолить, накрыть крышкой и тушить в течение 35 минут.

3. Дать блюду постоять минут 10, а затем разложить по порционным тарелкам.

Кролик с грибами

• 1 тушка кролика (800 г)
• 350 г свежих грибов
• 40 г сливочного масла
• 100 мл сливок
• 500 мл воды
• 30 г измельченного зеленого лука
• Черный молотый перец, соль по вкусу

1. Тушку кролика тщательно промыть, промокнуть бумажным полотенцем, чтобы удалить лишнюю влагу, и разрубить на порционные куски.

2. Мясо выложить в казан, добавить сливочное масло и тушить на среднем огне 30–35 минут.

3. Грибы хорошо промыть, нарезать кубиками, залить водой так, чтобы она только покрыла их, посолить и варить примерно 20 минут.

4. Затем грибы вместе с соусом добавить к мясу, поперчить, накрыть крышкой и тушить в течение 25–30 минут. После этого добавить сливки, зеленый лук и держать на слабом огне еще 10 минут.

Зайчатина по-осетински

- 400 г мяса зайца
- 35 г сливочного масла
- 7 клубней картофеля
- 2 моркови
- 2 баклажана
- 2 помидора
- 4 луковицы
- 50 г стручковой зеленой фасоли
- 3 зубчика чеснока
- 0,5 пучка зелени кинзы
- 0,5 пучка зелени петрушки
- Черный молотый перец, соль по вкусу

1. Мясо зайца промыть, нарезать кусками, выложить в казан и жарить в растопленном сливочном масле до образования румяной корочки.

2. Картофель очистить и нарезать кружочками, баклажаны – полукружиями, репчатый лук – кубиками, морковь – соломкой, стручковую фасоль – поперек.

3. Подготовленные овощи выложить в казан, долить немного воды и тушить в течение 25 минут.

4. Куски зайчатины положить на овощи, а затем – измельченные помидоры и толченый чеснок, посолить, поперчить, накрыть крышкой и держать на огне еще 35 минут.

5. Перед подачей на стол посыпать мелко нарезанной зеленью кинзы и петрушки.

Мясо в яблочном вине

- 650 г говядины

• 6 клубней картофеля
• 2 моркови
• 2 луковицы
• 3 зубчика чеснока
• 20 г муки
• 50 мл томатного соуса
• 30 мл оливкового масла
• 250 мл яблочного вина
• 10 г сахара
• Красный молотый перец, соль по вкусу

1. Говядину промыть и нарезать кусками длиной 3–4 см, после чего выложить в казан, постоянно помешивая, всыпать муку, нарезанный кружочками картофель, измельченную морковь, нашинкованный лук, толченый чеснок, томатный соус, оливковое масло и сахар, посолить и поперчить.

2. Тушить на небольшом огне в течение 35–40 минут, периодически помешивая.

3. Влить в казан яблочное вино, накрыть крышкой и держать на огне еще приблизительно 20 минут.

Цыпленок с персиками

• 1 тушка цыпленка (500 г)
• 3 свежих персика
• 2 помидора
• 2 зубчика чеснока
• 120 г сметаны
• 35 мл растительного масла
• 200 мл воды
• 0,5 пучка зелени укропа
• 8 г измельченной зелени петрушки
• Соль по вкусу

1. Персики очистить от косточки и измельчить. Помидоры обдать кипятком, опустить в холодную воду, удалить кожицу и аккуратно нарезать мякоть кружками.

2. Тушку цыпленка промыть, разрезать на порционные куски, выложить в казан, добавить растительное масло, посолить и жарить до образования золотистой корочки.

3. Затем положить сверху кусочки персиков, кружочки помидоров, измельченный чеснок, сметану, нашинкованную зелень укропа, посолить, влить воду и тушить приблизительно 30 минут.

4. Перед подачей на стол посыпать измельченной зеленью петрушки.

Долма

• 550 г баранины
• 80 г отварного риса
• 1 яйцо
• 2 луковицы
• 3 зубчика чеснока
• 5–6 виноградных листьев
• 45 мл растительного масла
• 200 мл мясного бульона
• 100 мл пива
• 3 веточки райхона
• Черный молотый перец, соль по вкусу

1. Листья винограда промыть, залить 100 мл воды и варить 3–4 минуты.

2. Баранину пропустить через мясорубку, добавить рис, мелко нарезанные лук, райхон, чеснок, яйцо, посолить, поперчить и тщательно перемешать.

3. Виноградные листья разложить на столе, положить на них готовый фарш и завернуть как обычные голубцы. Их можно также перевязать ниткой, которую перед подачей на стол следует удалить.

4. Выложить долму в казан плотным слоем, посолить, полить растительным маслом, залить бульоном, накрыть крышкой и тушить на небольшом огне в течение 20–25 минут.

5. Затем влить пиво и держать на огне еще 12–15 минут.

Мясо с изюмом и черносливом

• 550 г телятины
• 35 г сливочного масла
• 130 г чернослива
• 40 г изюма
• 2 луковицы
• 2 моркови
• 20 г муки
• 200 мл воды
• Черный молотый перец, соль по вкусу

1. Чернослив и изюм замочить в холодной воде на 1 час.

2. Положить в казан мясо, нарезанное небольшими кусками, добавить сливочное масло и жарить на среднем огне до образования румяной корочки.

3. Затем добавить нашинкованный лук и морковь, нарезанную соломкой, посыпать мукой, перемешать, влить воду,

посолить, поперчить, накрыть крышкой и тушить на слабом огне приблизительно 35 минут.

4. Чернослив и изюм вынуть из воды, смешать с мясом и овощами, снова накрыть крышкой и довести до готовности.

Восточная солянка

- 600 г баранины
- 3 луковицы
- 3 соленых огурца
- 40 г томатного соуса
- 50 мл белого сухого вина
- 35 мл оливкового масла
- 200 мл мясного бульона
- 4 зубчика чеснока
- 40 мл яблочного сока
- 1 стручок горького перца
- 4 г хмели-сунели
- 3 веточки райхона
- Черный молотый перец, соль по вкусу

1. Баранину мелко нарезать, смешать с измельченным луком, влить оливковое масло, выложить в казан, накрыть крышкой и тушить примерно 45 минут.

2. Добавить томатный соус, мелко нарезанные соленые огурцы, толченый чеснок, измельченный горький перец, хмели-сунели, вино, яблочный сок, мясной бульон, нарубленную зелень райхона, посолить и поперчить.

3. Казан накрыть крышкой и держать на небольшом огне в течение 30 минут.

Голубцы

- 600 г говяжьего фарша
- 10–12 больших капустных листьев
- 160 г отварного риса
- 2 луковицы
- 100 мл томатного соуса
- 40 г изюма
- 100 мл винного уксуса
- 60 г томатной пасты
- 30 г тертого имбиря
- 5 г черного молотого перца
- Соль по вкусу

1. Капустные листья промыть, залить водой и тушить почти

до мягкости.

2. Мясо соединить с рисом, нашинкованным луком, томатным соусом и изюмом, посолить, поперчить и хорошо перемешать.

3. Выложить полученную массу на капустные листья, свернуть их и выложить швом вниз в казан.

4. Томатную пасту соединить с имбирем и винным уксусом, хорошо перемешать, вылить в казан и держать на небольшом огне в течение 20–25 минут. При необходимости добавить небольшое количество воды.

5. Готовым голубцам перед подачей на стол дать постоять 5 минут.

Узбекский плов

- 450 г баранины
- 250 г длиннозерного риса
- 2 моркови
- 2 луковицы
- 1 помидор
- 100 г курдючного сала
- 2 г кориандра
- 2 г молотой корицы
- 2 г красного молотого перца
- Соль по вкусу

1. Мясо тщательно промыть, нарезать небольшими кусочками, выложить в казан вместе с курдючным салом и жарить до образования румяной корочки.

2. Очистить и измельчить морковь и лук, смешать их с бараниной и держать на среднем огне примерно 15 минут.

3. Затем влить 200 мл воды, добавить соль, перец, кориандр, корицу, измельченный помидор и тушить еще 10 минут.

4. После этого всыпать предварительно промытый рис, накрыть крышкой и держать на огне в течение 30–35 минут.

Плов из курицы

- 500 г мяса курицы
- 350 г отварного риса
- 2 луковицы
- 2 моркови
- 20 мл растительного масла
- 40 г сливочного масла
- 100 мл овощного бульона

• 20 г кураги

• Черный молотый перец, соль по вкусу

1. Мясо курицы промыть, разрезать на небольшие куски, выложить в казан, добавить сливочное масло и жарить 20–25 минут.

2. Затем добавить лук, спассерованный в растительном масле, измельченную морковь и курагу без косточек.

3. Все тушить на небольшом огне в течение 18 минут, посолить, поперчить, добавить рис, влить бульон, накрыть крышкой и держать на небольшом огне еще 25 минут.

Блюда из рыбы и морепродуктов

Рыбные тефтели

• 500 г рыбного филе
• 2 луковицы
• 80 г вареного клейкого риса
• 100 мл овощного бульона
• 50 г томатной пасты
• 45 г сливочного масла
• Черный молотый перец, соль по вкусу

1. Рыбное филе пропустить через мясорубку.

2. Лук очистить и нашинковать, добавить рис, посолить, поперчить и хорошо перемешать с рыбой.

3. Из полученного фарша сформовать округлые тефтели, выложить в казан, добавить томатную пасту и сливочное масло, влить бульон и тушить на небольшом огне в течение 20–25 минут.

Солянка из белуги

• 650 г филе белуги
• 1 л воды
• 2 луковицы
• 2 соленых огурца
• 2 моркови
• 25 г маслин
• 20 г томатного пюре
• 20 г сливочного масла
• 0,5 лимона
• 6 г измельченной зелени укропа
• 2 лавровых листа
• 5 горошин черного перца
• Соль по вкусу

1. Лук и морковь очистить, мелко нарезать и спассеровать в растопленном сливочном масле, смешанном с томатным пюре.

2. В казан влить воду, положить промытую рыбу, подготовленные овощи и очищенные от кожицы и семян соленые огурцы, накрыть крышкой и держать на среднем огне в течение 20–25 минут, затем добавить соль, перец горошком, лавровый лист и тушить еще 10 минут.

3. Подавать блюдо горячим, предварительно положив в

тарелку нарезанные кружочками маслины без косточек, дольки лимона и зелень укропа.

Форель с зеленью

• 600 г филе форели
• 2 луковицы
• 50 мл яблочного уксуса
• 50 мл воды
• 1 лимон
• 20 г измельченного зеленого лука
• 20 г измельченной зелени укропа
• 3 веточки сельдерея
• Черный молотый перец, соль по вкусу

1. Филе форели хорошо промыть, посолить, сбрызнуть соком 0,5 лимона, выложить в небольшой казан, добавить яблочный уксус, воду и нарезанный кольцами лук, посолить, поперчить, накрыть крышкой и тушить примерно 25 минут.

2. Оставшийся лимон нарезать кружочками, сельдерей мелко нарубить и соединить с укропом и зеленым луком.

3. Готовую форель извлечь из подливки, украсить лимонными ломтиками и зеленью и подать на стол.

Голубцы из трески

• 600 г филе трески
• 12 капустных листьев
• 85 г шпика
• 2 луковицы
• 150 мл сухого белого вина
• 300 мл воды
• 30 мл томатного соуса
• 20 мл лимонного сока
• 4 г кориандра
• Паприка, соль по вкусу

1. Капустные листья промыть, обдать кипятком, посолить, влить 100 мл воды, накрыть крышкой и варить примерно 8 минут, после этого вынуть их и просушить на салфетке.

2. Филе трески сбрызнуть лимонным соком, посолить, посыпать паприкой и кориандром.

3. Разложить капустные листья в 4 стопки по 3 листа в каждой, сверху выложить рыбу, свернуть их и перевязать нитками.

4. Шпик мелко нарезать, смешать с измельченным луком,

выложить в казан и тушить 10 минут.

5. Сверху положить полученные голубцы, добавить вино и оставшуюся воду, накрыть крышкой и держать на небольшом огне 25–30 минут.

6. Готовые голубцы подавать на стол с томатным соусом.

Кальмары, фаршированные овощами

- 6 кальмаров
- 2 моркови
- 1 луковица
- 60 г риса
- 40 г томатной пасты
- 25 мл соевого соуса
- 20 мл растительного масла
- 10 г измельченной зелени укропа
- Черный молотый перец, соль по вкусу

1. У кальмаров удалить кожу, хрящи и внутренности, хорошо промыть, опустить в кипящую воду и варить в течение 5–7 минут.

2. Морковь и лук очистить, мелко нарезать и потушить в растительном масле.

3. Рис отварить в подсоленной воде и смешать с подготовленными овощами, добавить зелень укропа, посолить, поперчить, тщательно перемешать и наполнить полученной массой отваренные тушки кальмаров.

4. Фаршированные кальмары выложить в казан, добавить растительное масло, 150 мл воды, томатную пасту и готовить 10 минут.

5. Подавать на стол с соевым соусом.

Угорь по-корсикански

- 600 г угря
- 2 помидора
- 2 желтка
- 50 г сливочного масла
- 1 ст. л. ржаной муки
- 100 мл лимонного сока
- 0,5 пучка зелени укропа
- Черный молотый перец, соль по вкусу

1. Угря очистить, хорошо промыть, разрезать на порционные куски, посолить, поперчить, залить кипяченой водой, накрыть крышкой и варить 7–8 минут.

2. Помидоры размять, соединить с желтками, лимонным

соком, мукой и сливочным маслом, посолить, поперчить, хорошо перемешать и развести жидкостью, оставшейся после варки, до густоты сметаны.

3. Угря выложить в казан, залить полученным соусом и тушить на небольшом огне в течение 20–25 минут.

4. Подавать на стол с измельченной зеленью укропа.

Судак в креветочном соусе

- 600 г филе судака
- 2 луковицы
- 250 г креветок
- 160 мл овощного бульона
- 125 г сметаны
- 30 мл оливкового масла
- 1 ст. л. крахмала
- 30 мл лимонного сока
- 3 веточки кинзы
- Черный молотый перец, соль по вкусу

1. Филе судака промыть, поместить в казан, добавить оливковое масло и сбрызнуть лимонным соком.

2. Лук мелко измельчить, выложить на рыбу вместе с очищенными креветками, залить овощным бульоном, накрыть крышкой и тушить в течение 15–20 минут.

3. Пищевой крахмал и сметану растворить в небольшом количестве бульона, посолить, поперчить, добавить мелко нарезанную зелень кинзы и держать на небольшом огне еще 15 минут.

Форель в томатном соусе с овощами

- 450 г филе форели
- 120 г шампиньонов
- 6 клубней картофеля
- 20 г измельченного корня петрушки
- 1 луковица
- 60 мл томатного соуса
- 35 г сливочного масла
- 20 мл оливкового масла
- 3 веточки петрушки
- Соль по вкусу

1. Филе форели промыть и припустить в воде с добавлением соли, корня петрушки и репчатого лука.

2. Картофель помыть, отварить в мундире и очистить.

3. Подготовленную рыбу положить в казан вместе со сливочным маслом и картофелем, залить томатным соусом и тушить на небольшом огне в течение 15–20 минут.

4. Шампиньоны очистить, промыть и обжарить в оливковом масле.

5. Перед подачей на стол форель украсить обжаренными шампиньонами и веточками петрушки.

Лосось в белом вине

• 500 г филе лосося
• 2 моркови
• 2 корня сельдерея
• 35 г сливочного масла
• 70 мл белого вина
• 70 мл домашних сливок
• 20 г измельченной зелени укропа
• Черный молотый перец, соль по вкусу

1. Филе лосося нарезать небольшими кубиками, снять кожу и удалить кости.

2. Морковь и корни сельдерея очистить, мелко нарезать, выложить в казан, добавить сливочное масло, накрыть крышкой и тушить в течение 10.

3. Влить белое вино, сливки, посолить и поперчить и держать на огне, изредка помешивая, пока смесь не закипит (приблизительно 5 минут).

4. Затем добавить рыбу и укроп, перемешать, накрыть крышкой и тушить в течение 20 минут.

Морской окунь, тушенный в молоке

• 600 г филе морского окуня
• 4 луковицы
• 400 мл молока
• Красный молотый перец, соль по вкусу

1. Филе морского окуня промыть, нарезать небольшими кусками, посолить и поперчить.

2. На дно казана выложить немного нарезанного кольцами лука, сверху рыбу и оставшийся лук.

3. Залить молоком (лучше всего кипяченым) и тушить на небольшом огне в течение 20–25 минут.

Горбуша в сметане

• 500 г горбуши
• 80 г сметаны
• 35 г измельченного корня петрушки
• 1 ст. л. муки
• 50 г сливочного масла
• 20 мл растительного масла
• Черный молотый перец, соль по вкусу

1. Горбушу очистить, нарезать порционными кусками, обтереть салфеткой, посолить, поперчить, выложить в казан, добавить сливочное масло и нарезанный кружками лук и держать на небольшом огне 10–15 минут.

2. Сметану развести таким же количеством воды, добавить муку, растительное масло и посолить. Залить полученным соусом рыбу и тушить приблизительно 15 минут.

3. Перед подачей на стол посыпать измельченным корнем петрушки.

Рыба, тушенная с луком и морковью

• 600 г морской рыбы
• 2 луковицы
• 2 моркови
• 35 мл растительного масла
• 2 ст. л. муки
• Черный молотый перец, соль по вкусу

1. Рыбу промыть, нарезать порционными кусками, посолить, поперчить и обвалять в муке.

2. Лук и морковь очистить и нарезать кружками.

3. Сначала выложить в казан рыбу, а затем подготовленные овощи, влить растительное масло, 100 мл воды и тушить на среднем огне в течение 20–25 минут.

Креветки в белом соусе

• 500 г креветок
• 200 мл молока
• 20 г сливочного масла
• 2 луковицы
• 1 ст. л. муки
• Черный молотый перец, соль по вкусу

1. Креветки тщательно промыть, залить подсоленной водой (1 ст. л. соли на 0,5 л воды) и варить примерно 5 минут.

2. Муку развести горячим молоком и, непрерывно помешивая, смешать с нашинкованным луком, добавить масло,

перелить в небольшой казан, накрыть крышкой и тушить в течение 8 минут, после чего посолить и поперчить.

3. Креветки залить полученным соусом и довести до готовности.

Блюда из грибов и овощей

Овощи, тушенные с гранатовым соком

• 3 баклажана
• 3 луковицы
• 5 клубня картофеля
• 3 сладких перца (1 красный и 2 желтых)
• 4 помидора
• 30 мл растительного масла
• 100 мл гранатового сока
• 3 зубчика чеснока
• По 2 веточки зелени петрушки, базилика, чабреца и укропа
• Черный молотый перец, соль по вкусу

1. Лук очистить, нашинковать, выложить в казан, влить растительное масло и пассеровать на небольшом огне примерно 5 минут.

2. Добавить нарезанные кружочками баклажаны, влить гранатовый сок, перемешать и тушить 8–10 минут.

3. Картофель нарезать брусками, сладкие перцы очистить от семян и нарезать соломкой, помидоры пропустить через мясорубку.

4. Измельченные овощи, толченый чеснок и зелень добавить к баклажанам, посолить, поперчить, накрыть крышкой и держать на слабом огне еще 15–20 минут.

Краснокочанная капуста по-марокканski

• 500 г краснокочанной капусты
• 2 яблока
• 2 луковицы
• 2 моркови
• 50 г сливочного масла
• 30 г коричневого сахара
• 2 г гвоздики
• 100 мл воды
• 30 мл красного сухого вина
• Черный молотый перец, соль по вкусу

1. Капусту промыть и нашинковать. Яблоки очистить, удалить сердцевину и нарезать небольшими кусочками. Лук и морковь измельчить.

2. Лук и морковь выложить в казан, добавить сливочное

масло, накрыть крышкой и пассеровать в течение 5–6 минут, после чего всыпать сахар и гвоздику, влить воду, вино и хорошо перемешать.

3. Выложить сверху капусту и яблоки, накрыть казан крышкой и тушить в течение 15–18 минут, периодически помешивая.

4. Овощи посолить, поперчить и держать на слабом огне еще 12 минут.

Кабачки и баклажаны в сливочном соусе

- 2 кабачка
- 3 баклажана
- 4 помидора
- 3 луковицы
- 3 ст. л. муки
- 50 мл растительного масла
- 150 мл сливочного соуса
- Черный молотый перец, соль по вкусу

1. Баклажаны и кабачки очистить, нарезать кружочками, посолить, поперчить, обвалять в муке и обжарить с обеих сторон в 100 мл растительного масла.

2. Помидоры обдать кипятком, снять кожицу, нарезать полукружиями и быстро обжарить на сильном огне.

3. Подготовленные овощи выложить в казан слоями, пересыпая большим количеством измельченного лука, залить сливочным соусом, поперчить, сбрызнуть оставшимся растительным маслом и тушить на среднем огне примерно 25 минут.

Рис с овощами

- 2 луковицы
- 2 моркови
- 3 помидора
- 200 г риса
- 400 мл овощного бульона
- 35 г сливочного масла
- 5 г сухих пряностей
- 2 г кардамона
- 2 г молотой корицы
- Черный молотый перец, соль по вкусу

1. Лук очистить и нарезать тонкими кольцами. Морковь и помидоры измельчить.

2. Рис хорошо промыть и откинуть на дуршлаг, чтобы стекла вода.

3. Сливочное масло растопить в казане, добавить лук, измельченную морковь и помидоры, пряности, кардамон, соль, перец, корицу и тушить в течение 15 минут.

4. Всыпать рис, хорошо перемешать и держать на огне еще 25 минут.

5. Влить бульон и тушить в течение 15–18 минут, затем накрыть крышкой и дать постоять 5 минут.

Овощи с зеленым луком

- 400 г вареной фасоли
- 2 луковицы
- 2 сладких зеленых перца
- 40 г сливочного масла
- 20 г измельченного зеленого лука
- 150 мл томатного сока
- Черный молотый перец, соль по вкусу

1. Репчатый лук и сладкие перцы измельчить.

2. Казан смазать сливочным маслом, выложить в него овощи и фасоль, накрыть крышкой и держать на среднем огне в течение 8 минут, перемешав 1–2 раза.

3. Затем посолить, поперчить, добавить зеленый лук, томатный сок и тушить еще 20 минут.

Капуста с яблоками

- 500 г краснокочанной капусты
- 2 луковицы
- 2 яблока
- 45 г сливочного масла
- 10 г сахара
- 30 мл лимонного сока
- 40 мл куриного бульона
- Черный молотый перец, соль, уксус по вкусу

1. Растопить сливочное масло в казане, всыпать нашинкованный лук и тушить около 7 минут.

2. Добавить измельченную капусту, нарезанные соломкой яблоки, сахар, лимонный сок, уксус и бульон, посолить, поперчить и хорошо перемешать.

3. Накрыть крышкой и тушить в течение 30–35 минут.

Ризотто с изюмом и черносливом

• 100 г длиннозерного риса
• 50 г коричневого риса
• 23 г изюма
• 25 г чернослива
• 1 яблоко
• 1 персик
• 30 г сливочного масла
• 10 г сахара

1. Рис перебрать и тщательно промыть.
2. Яблоко и персик очистить и измельчить.
3. Рис соединить с промытым изюмом, черносливом и фруктами, выложить в небольшой казан, добавить сливочное масло, сахар, немного воды, хорошо перемешать и тушить около 35 минут.

Кабачки с помидорами

• 4 молодых кабачка
• 5 помидоров
• 2 луковицы
• 30 г сливочного масла
• 20 г пшеничной муки
• 250 мл молока
• 15 г измельченного зеленого лука
• 25 мл томатного соуса
• Черный молотый перец, соль по вкусу

1. Кабачки очистить, нарезать брусками, выложить в казан, влить 30 мл воды, добавить сливочное масло, накрыть крышкой и держать на небольшом огне, помешав 1 раз, в течение 10 минут.
2. Затем слить воду, положить нарезанные помидоры и тушить 8 минут.
3. Репчатый лук очистить, нашинковать лук, добавить к кабачкам и готовить еще 7–8 минут, пока он не станет прозрачным.
4. Постепенно всыпать муку и влить молоко, посолить, поперчить и тушить, часто помешивая, в течение 10 минут.
5. Затем добавить в овощи томатный соус, измельченный зеленый лук и держать на небольшом огне еще 6–8 минут.

Овощное рагу

• 2 луковицы
• 1 сладкий красный перец
• 1 сладкий желтый перец

• 1 баклажан
• 200 г консервированных помидоров
• 30 мл оливкового масла
• 3 зубчика чеснока
• 20 мл томатного пюре
• 5 г сухих пряностей
• Черный молотый перец, соль по вкусу

1. Лук очистить и нашинковать. Сладкие перцы разделить пополам, удалить зерна и нарезать мякоть соломкой. Из баклажана вырезать черенок и измельчить овощ.

2. Выложить лук в казан, влить оливковое масло, накрыть крышкой и пассеровать в течение 5 минут.

3. Добавить сладкие перцы, баклажан и мелко нарезанный чеснок.

4. Помидоры измельчить, соединить с томатным пюре, пряностями, посолить, поперчить и выложить в овощи.

5. Казан накрыть крышкой и держать на слабом огне в течение 20–25 минут, периодически помешивая. Перед подачей на стол дать постоять 5 минут.

Плов с тыквой

• 350 г тыквы
• 200 г отварного риса
• 130 г яблок
• 80 г изюма
• 35 мл растительного масла
• 350 мл воды
• 3 г сухих пряностей
• Соль по вкусу

1. Яблоки очистить от кожуры, удалить сердцевину, разрезать на мелкие брусочки и смешать с изюмом.

2. Тыкву очистить, мякоть нарезать небольшими кусочками, выложить на дно казана и залить растительным маслом.

3. На тыкву выложить немного риса, затем подготовленные фрукты и оставшийся рис.

4. Влить оставшееся масло, подсоленную воду, добавить пряности, перемешать и тушить на небольшом огне в течение 40 минут.

Фасоль и помидоры с орехами

• 450 г стручков фасоли
• 3 помидора

• 4 зубчика чеснока
• 1 сладкий перец
• 2 луковицы
• 50 г ядер грецких орехов
• 30 мл растительного масла
• 4 веточки укропа
• По 3–4 веточки петрушки и базилика
• Соль по вкусу

1. Молодые стручки фасоли очистить от прожилок, наломать, промыть, выложить в глубокую кастрюлю, залить водой, чтобы она покрывала их, накрыть крышкой и варить 35–40 минут.

2. Помидоры помыть, нарезать кубиками, выложить в казан, добавить немного воды, растительное масло и тушить в течение 10 минут.

3. Стручки фасоли соединить с тушеными помидорами, добавить растертые ядра грецких орехов, нашинкованный сладкий перец, измельченный лук, зелень укропа, петрушки и базилика, толченый чеснок, посолить, перемешать, накрыть крышкой и тушить до готовности.

Тушеные грибы

• 650 г грибов
• 4 помидора
• 2 луковицы
• 1 сладкий перец
• 160 мл жидкой сметаны
• 70 г тертого сыра
• 40 мл растительного масла
• 1 лавровый лист
• Соль по вкусу

1. Лук очистить, нашинковать, положить в казан с растительным маслом и жарить на слабом огне примерно 5 минут.

2. Затем добавить промытые и мелко нарезанные грибы и готовить 20–25 минут, периодически помешивая.

3. Сладкий перец нарезать соломкой, помидоры – кржочками.

4. Подготовленные овощи выложить в казан, добавить сметану, лавровый лист, посолить и тушить, накрыв крышкой, в течение 20 минут.

5. После этого снять крышку, перемешать, посыпать натертым сыром и держать на слабом огне еще 15 минут.

Овощное ассорти

• 2 луковицы
• 3 зубчика чеснока
• 3 моркови
• 5 клубней картофеля
• 1 сладкий красный перец
• 350 г консервированной фасоли
• 320 г консервированной кукурузы
• 25 мл оливкового масла
• 5 помидоров
• 200 мл овощного бульона
• 30 мл сметанного соуса
• 30 г томатного пюре
• 10 г коричневого сахара
• 200 мл айрана
• 80 г тертого сыра
• Черный молотый перец, соль по вкусу

1. Лук, чеснок, морковь и картофель очистить и мелко нарезать.

2. Сладкий перец очистить от семян и нарезать соломкой. Помидоры – полукружиями

3. Кукурузу, фасоль откинуть на дуршлаг и ополоснуть холодной водой.

4. Лук и чеснок выложить в казан, влить оливковое масло и пассеровать на небольшом огне в течение 8 минут.

5. Добавить морковь, картофель, сладкий перец, помидоры, фасоль и кукурузу.

6. Бульон соединить со сметанным соусом, добавить айран, томатное пюре и сахар, влить в казан, хорошо перемешать, накрыть крышкой и тушить в течение 25–35 минут, после чего посолить, поперчить и подавать на стол, посыпав тертым сыром.

Шампиньоны с беконом

• 400 г бекона
• 400 г шампиньонов
• 50 г сливочного масла
• 60 мл молока
• 3 ст. л. пшеничной муки
• 35 мл лимонного сока
• 3 мл растительного масла
• 10 г измельченной зелени петрушки
• Черный молотый перец, соль по вкусу

1. Шампиньоны промыть, нарезать и обжарить в растительном масле.

2. Бекон измельчить, выложить в казан вместе со сливочным маслом и держать на среднем огне до мягкости.

3. Добавить подготовленные грибы и тушить на небольшом огне примерно 10–15 минут.

4. Всыпать в казан муку, постепенно влить молоко и готовить еще 8 минут, пока смесь не загустеет, аккуратно, но быстро помешивая.

5. Посолить, поперчить, добавить лимонный сок и зелень петрушки, хорошо перемешать и довести до готовности на очень слабом огне.

Овощной плов с творогом

- 230 г длиннозерного риса
- 2 луковицы
- 3 помидора
- 2 сладких перца
- 5 зубчиков чеснока
- 150 мл овощного бульона
- 60 г творога
- 30 мл растительного масла
- 7 г смеси пряностей
- Соль по вкусу

1. Лук и сладкие перцы нашинковать и смешать с толченым чесноком.

2. Подготовленные овощи выложить в казан, залить растительным маслом и пассеровать в течение 7–8 минут.

3. Добавить измельченные помидоры и творог, влить овощной бульон и тушить 12 минут, после чего посолить и всыпать пряности.

4. Затем добавить рис и готовить на небольшом огне еще 30 минут.

Рис со шпинатом

- 3 луковицы
- 20 мл оливкового масла
- 150 г коричневого риса
- 600 мл куриного бульона
- 300 г шпината
- 3 помидора
- 2 зубчика чеснока
- 18 г молотого миндаля
- 2 г зерен тмина

• Черный молотый перец, соль по вкусу

1. Лук и чеснок очистить, измельчить, выложить в казан, добавить молотый миндаль, оливковое масло и держать на среднем огне в течение 7 минут.

2. Добавить тмин, рис, горячий куриный бульон, хорошо перемешать и тушить в течение 25–30 минут, после чего накрыть крышкой и дать постоять 7 минут.

3. Выложить в казан шпинат и нарезанные помидоры, снова накрыть крышкой и держать на среднем огне, периодически помешивая, в течение 15–18 минут.

4. Посолить, поперчить и тушить до готовности.

Сладкие перцы, тушенные в мясном бульоне

• 500 г сладких перцев
• 2 луковицы
• 1 морковь
• 40 г сливочного масла
• 2 ст. л. муки
• 25 г томатной пасты
• 300 мл мясного бульона
• Черный молотый перец, соль по вкусу

1. Сладкие перцы очистить от семян, нарезать соломкой, смешать с измельченными луком и морковью, выложить в казан, посолить, поперчить, добавить сливочное масло и пассеровать на небольшом огне примерно 8 минут.

2. После этого добавить муку, мясной бульон и томатную пасту, хорошо перемешать и тушить еще 20 минут.

Фасоль с бобами

• 420 г консервированной фасоли
• 400 г вареных бобов
• 200 г консервированных помидоров
• 2 луковицы
• 3 зубчика чеснока
• 1 лимон
• 30 мл оливкового масла
• 20 г измельченной зелени укропа
• Черный молотый перец, соль по вкусу

1. Фасоль и бобы выложить в дуршлаг, промыть под холодной водой и дать излишкам жидкости стечь.

2. Лук очистить и нашинковать, чеснок измельчить. Цедру лимона натереть на мелкой терке, а из мякоти выжать сок.

3. Оливковое масло влить в казан, выложить в него лук и чеснок, перемешать, накрыть крышкой и пассеровать 8 минут.

4. Добавить укроп, размятые помидоры, соль, перец, тертую цедру и лимонный сок, накрыть крышкой и держать на небольшом огне в течение 18 минут.

5. Добавить фасоль и бобы, закрыть крышкой и тушить 25 минут.

6. Дать блюду остыть до комнатной температуры и подать на стол.

Грибы в белом соусе

- 600 г грибов
- 3 луковицы
- 40 г сливочного масла
- 45 мл сливок
- 1 желток
- 80 мл овощного бульона
- 10 г измельченной зелени петрушки
- 2 г черного молотого перца
- Соль по вкусу

1. Лук очистить, нарезать тонкими кружками, выложить в казан с растопленным сливочным маслом и пассеровать в течение 7 минут.

2. Затем добавить хорошо промытые и измельченные грибы, влить бульон, посолить, поперчить и тушить 25 минут.

3. Перемешать и оставить на 8 минут, после чего добавить сливки, желток и зелень петрушки, хорошо перемешать и тушить еще 8–10 минут.

Овощи с вешенками

- 500 г вешенок
- 300 г капусты
- 4 клубня картофеля
- 3 луковицы
- 2 моркови
- 1 корень сельдерея
- 35 мл растительного масла
- 35 г томатной пасты
- 30 мл сливок
- 3 веточки укропа
- 3 веточки петрушки
- Черный молотый перец, соль по вкусу

1. Лук очистить, нашинковать, выложить в казан с растительным маслом и пассеровать на небольшом огне 7–8 минут.

2. Добавить измельченные грибы, влить немного воды, посолить, поперчить и тушить примерно 20–25 минут, периодически помешивая.

3. Капусту, морковь и корень сельдерея, нарезанные тонкой соломкой, выложить в казан с грибами и готовить все в течение 20 минут, затем добавить нарезанный брусочками картофель, влить сливки и продолжать тушить, накрыв крышкой, еще приблизительно 15–20 минут.

4. Заправить томатной пастой, снова перемешать, посыпать зеленью петрушки и укропа и потомить 8–10 минут на очень слабом огне.

Вегетарианский плов

- 250 г длиннозерного риса
- 70 г кураги
- 2 луковицы
- 2 моркови
- 50 г сливочного масла
- 80 мл овощного бульона
- 17 г измельченной зелени петрушки
- Черный молотый перец, соль по вкусу

1. Рис перебрать и промыть.

2. Лук и морковь очистить и нарезать соломкой.

3. Курагу промыть в теплой воде и замочить на 45 минут.

4. Подготовленные овощи вместе со сливочным маслом выложить в казан и жарить на слабом огне 10 минут.

5. Добавить рис, нарезанную курагу, посолить, поперчить, влить бульон и тушить в течение 35 минут.

6. После этого посыпать зеленью петрушки и держать на небольшом огне еще 7–8 минут.

Плов с грибами

- 250 г грибов
- 160 г длиннозерного риса
- 2 луковицы
- 2 моркови
- 35 мл растительного масла
- 300 мл воды
- 16 г измельченной зелени укропа

• Черный молотый перец, соль по вкусу

1. Свежие грибы очистить, промыть, нарезать небольшими ломтиками, посолить, залить водой и варить до мягкости, после чего жидкость слить через дуршлаг.

2. Лук нарезать полукольцами, морковь – тонкой соломкой.

3. В казан влить растительное масло, добавить заранее подготовленные овощи и пассеровать 8–9 минут.

4. Затем всыпать рис, измельченную зелень, поперчить, посолить, влить немного грибного отвара, накрыть крышкой и довести до готовности.

Фаршированные сладкие перцы

• 10 сладких перцев
• 3 моркови
• 2 луковицы
• 3 помидора
• 1 корень сельдерея
• 40 мл растительного масла
• 15 мл винного уксуса
• 150 мл овощного бульона
• 2 г кориандра
• Черный молотый перец, соль по вкусу

1. Сладкие перцы промыть, удалить семена, выложить в кастрюлю, залить слегка подсоленной водой и подержать 10 минут.

2. Морковь и корень сельдерея натереть на крупной терке, лук нарезать полукольцами, помидоры – дольками.

3. Подготовленные овощи перемешать, посолить, поперчить, добавить кориандр, уксус и 10 мл растительного масла.

4. Полученным фаршем начинить перцы, выложить их в казан, влить оставшееся масло, овощной бульон и тушить на слабом огне до готовности.

Цукини и кабачки, тушенные с помидорами

• 300 г цукини
• 300 г кабачков
• 3 помидора
• 35 мл растительного масла
• 3 г черного молотого перца
• Соль по вкусу

1. Кабачки и цукини помыть, очистить и нарезать.

2. Подготовленные овощи выложить в казан, влить

растительное масло, накрыть крышкой и держать на среднем огне 15–17 минут.

3. Помидоры нарезать тонкими кружочками, положить на кабачки, посолить, поперчить, влить 100 мл воды и тушить еще 10–15 минут.

Тушеные бобы

- 250 г бобов
- 3 помидора
- 2 зубчика чеснока
- 35 г сливочного масла
- 500 мл воды
- 10 г измельченной зелени петрушки
- 7 г измельченной зелени базилика
- Соль по вкусу

1. Бобы промыть, замочить на 10 часов в кипяченой воде, а затем опустить в кипящую воду и варить в течение 40–50 минут.

2. Чеснок очистить и измельчить, помидоры некрупно нарезать.

3. Бобы выложить в казан вместе со сливочным маслом, посолить, влить немного воды и тушить на небольшом огне 25–30 минут.

4. Затем добавить чеснок, помидоры, зелень петрушки и базилика и готовить еще 15–20 минут.

5. Подавать на стол в горячем или охлажденном виде.

Перец, фаршированный по-русски

- 10 сладких перцев
- 3 моркови
- 2 луковицы
- 3 помидора
- 3 зубчика чеснока
- 50 г томатной пасты
- 400 мл овощного бульона
- 45 мл растительного масла
- 20 г измельченной зелени укропа
- Черный молотый перец, соль по вкусу

1. Морковь нарезать тонкой соломкой, лук нашинковать и обжарить их в растительном масле.

2. Помидоры измельчить и спассеровать с натертым на мелкой терке чесноком.

3. Подготовленные ингредиенты смешать, посолить,

поперчить и нагревать в течение 6 минут.

4. Сладкие перцы очистить от семян, промыть и наполнить полученной начинкой.

5. Фаршированные перцы выложить в казан, положить сверху измельченную зелень, залить бульоном, добавить томатную пасту, накрыть крышкой и тушить в течение 25–30 минут.

6. Готовое блюдо подавать на стол охлажденным.

Картофель по-походному

- 8 клубней картофеля
- 2 яблока
- 1 морковь
- 35 г сливочного масла
- 60 г томатной пасты
- 200 мл воды
- 2 г красного молотого перца
- Соль по вкусу

1. Картофель очистить и нарезать соломкой. Морковь нашинковать, яблоки измельчить.

2. Подготовленные компоненты выложить в казан вместе со сливочным маслом, залить подсоленной водой, поперчить и тушить примерно 18–20 минут.

3. Добавить томатную пасту и держать на небольшом огне еще 7–8 минут.

Репа в белом соусе

- 500 г репы
- 2 луковицы
- 2 помидора
- 2 моркови
- 40 г сливочного масла
- 220 мл белого соуса
- 50 г сметаны
- 20 г измельченной зелени укропа
- 3 г белого молотого перца
- Соль по вкусу

1. Репу очистить, помыть в теплой воде, нарезать брусочками, выложить в казан, добавить сливочное масло, посолить, влить немного воды, накрыть крышкой и тушить в течение 15 минут.

2. Лук и морковь очистить и нашинковать, помидоры нарезать тонкими полукружиями.

3. Измельченные овощи выложить в казан, добавить белый

соус, сметану и поперчить. Тщательно все перемешать и готовить еще 25–30 минут.

4. Перед подачей на стол посыпать зеленью укропа.

Цветная капуста с помидорами

- 450 г цветной капусты
- 4 помидора
- 3 зубчика чеснока
- 45 г томатной пасты
- 40 г сливочного масла
- 20 г измельченного зеленого лука
- Черный молотый перец, соль по вкусу

1. Цветную капусту разобрать на соцветия, промыть, залить водой, накрыть крышкой и варить примерно 20–25 минут.

2. Затем воду слить, капусту выложить в казан, посолить, добавить сливочное масло и немного воды, тушить в течение 10 минут.

3. Чеснок очистить и натереть на мелкой терке, помидоры измельчить.

4. Заранее подготовленные ингредиенты соединить с капустой, поперчить, добавить томатную пасту и тушить 20–25 минут.

Кабачки с горчицей и айраном

- 500 г кабачков
- 2 моркови
- 2 помидора
- 200 мл айрана
- 30 мл растительного масла
- 12 г семян горчицы
- 2 г черного молотого перца
- Соль по вкусу

1. Кабачки очистить, удалить семена и нарезать брусочками, морковь – соломкой, помидоры измельчить.

2. Подготовленные овощи выложить в казан, влить масло, посолить, поперчить и тушить примерно 20 минут.

3. Затем добавить айран и семена горчицы, перемешать и держать на небольшом огне еще 10–12 минут.

Кабачки по-крестьянски

- 550 г кабачков

• 2 корня сельдерея
• 2 зубчика чеснока
• 50 мл сметаны
• 30 г сливочного масла
• 200 мл овощного бульона
• 15 г измельченной зелени петрушки и укропа
• 3 г черного молотого перца
• Соль по вкусу

1. Молодые кабачки очистить, удалить семена, помыть, нарезать небольшими кубиками, посолить, выложить в казан вместе со сливочным маслом и тушить примерно 15 минут.

2. Корни сельдерея и чеснок очистить, натереть на терке и всыпать в казан с кабачками.

3. Добавить бульон, сметану, поперчить, тщательно перемешать и держать на небольшом огне еще 25 минут.

4. Готовое блюдо подавать на стол теплым, посыпав зеленью петрушки и укропа.

Грибы по-алтайски

• 600 г свежих грибов
• 2 сладких перца
• 3 луковицы
• 30 мл растительного масла
• 25 г томатного соуса
• 80 г сметаны
• 150 мл грибного бульона
• 1 ст. л. муки
• Черный молотый перец
• Соль по вкусу

1. Свежие грибы промыть и нарезать, сладкие перцы очистить от семян и измельчить, лук нашинковать.

2. Подготовленные ингредиенты выложить в казан, влить растительное масло и тушить 20–25 минут.

3. Добавить муку, томатный соус, сметану и грибного бульона, поперчить, посолить, перемешать, накрыть крышкой и готовить еще 15 минут.

Грибы по-деревенски

• 500 г грибов
• 2 луковицы
• 1 корень петрушки
• 40 г сливочного масла

• 200 мл белого соуса
• 30 г измельченной зелени укропа
• Черный молотый перец, соль по вкусу

1. Свежие грибы хорошо промыть и нарезать мелкими кусочками. Лук и корень петрушки очистить и нашинковать.

2. Подготовленные ингредиенты выложить в казан, добавить сливочное масло, немного воды, накрыть крышкой и тушить 20–25 минут.

3. Добавить белый соус, хорошо перемешать, посолить, поперчить и готовить еще 10–15 минут. Перед подачей на стол посыпать зеленью укропа.

Барбекю

«Барбекю» – какое притягательное новое слово! В лесу и на дачных участках с наступлением весны начинают гореть костры. Люди берут с собой на природу решетки, шампура и замоченное в специальном соусе мясо. Но немногие знают, что барбекю – это не просто вкусное блюдо, а древнее кулинарное искусство.

Само слово «барбекю» появилось в нашем языке недавно, хотя рецепты приготовления мяса и птицы на решетке известны с незапамятных времен. Еще в первобытные времена, люди не имея специальных приспособлений, готовили мясо на углях в вырытых ямах. А сейчас искусство барбекю доступно многим. Наверное, умение зажарить мясо на открытых углях заложено в человеческих генах и передалось от далеких предков. В те давние времена другого способа приготовления пищи не существовало. Но с тех пор утекло много воды, и сейчас современный человек не только усовершенствовал приспособления для жарки продуктов, но и облегчил этот процесс.

Американцы под словом «барбекю» понимают пикник, устроенный на природе или лужайке около дома. Происхождение этого слова спорное: возможно, оно происходит от гаитянского «барбекю», что значит «топчан», «лежак», а возможно, от созвучного французского слова, которое означает «от бороды до хвоста».

В США традиция жарить мясо на раскаленных углях осталась со времен первопроходцев. В особо торжественных случаях барбекю делалось с помощью большой ямы, наполненной углями, которая накрывалась решеткой. Соответственно, таким способом жарились целые туши животных.

В России этот вид приготовления пищи тоже получил широкое распространение, а удобные раскладные мангалы и решетки стали просто необходимым атрибутом дачника и туриста.

Готовится барбекю только на горячих углях, а не на открытом огне. Для этого необходимо дождаться, когда костер прогорит, и появятся красноватые угольки. Это самое подходящее время для того, чтобы поставить решетку с мясом.

Костер лучше всего разжечь заранее, чтобы было достаточно времени до того, как понадобятся угли. Если же времени мало, а процесс необходимо ускорить, можно воспользоваться специальными брикетами с древесным углем. Сейчас их можно найти в магазинах для дачников. Однако в этом случае мясо не «пропитается» запахом костра.

Существует множество рецептов приготовления барбекю, а для его приготовления используются такие продукты, как говядина, свиные ребрышки, мясо дичи, мясо кур, корейка, стейки, кебабы, куриные окорочка, котлетки, купаты, рыба, морепродукты и овощи.

Самое основное при приготовлении барбекю – это соблюдение некоторых технологических правил. Например, необходимо предварительно мариновать продукты в соусе со специями. Существует много вариантов маринадов для барбекю, а в каждой семье наверняка есть свой, «фирменный» рецепт.

Еще один важный момент – к барбекю, особенно из мяса, традиционно готовят салаты из овощей. Гарнир – это тоже немаловажная деталь к любому жареному блюду. Предпочтение отдается в основном картофелю. Когда барбекю готовится на даче или в загородном доме, его можно запечь в духовке, предварительно завернув в фольгу. Такой гарнир очень удобен, так как фольга предохраняет клубни от подгорания.

Любителям пикников на природе современная индустрия предлагает достаточно широкий выбор конструкций для приготовлений барбекю, хотя принцип их воздействия на продукты примерно одинаков. От гриля барбекю отличается отсутствием крышки. Чаще всего это металлический ящик с отверстиями в верхней и нижней части. Желательно наличие заслонок, которые регулируют приток воздуха. Кроме того, предусматривается съемная емкость – зольник, туда осыпается прогоревший уголь. Самый основной элемент – это решетки. На нижнюю, более мелкую, выкладывается уголь, а на верхнюю – продукты. Верхняя решетка должна быть снабжена 3 уровнями для регулирования скорости приготовления блюда. Свободный доступ воздуха обеспечивает продуктам, приготовленным на барбекю, неповторимый вкус и аромат. А гриль, благодаря закрытой крышке, помимо термической обработки, пропитывает блюдо дымом: это придает эффект копчения.

Достоинствами «мобильного» барбекю являются легкость и компактность. Конструкция должна свободно помещаться в багажнике автомобиля и не отягощать в походных условиях. Для поклонников регулярных пикников на природе лучше приобрести небольшой разборный барбекю. Сборка-разборка такой конструкции займет минимум времени и обеспечит сохранность природы.

Впрочем, существуют и одноразовые оборудования для тех, кто нечасто позволяет себе выезды за город: это лоток из плотной фольги со слоем угля, пропитанного специальным составом для лучшего разжигания. К нему прилагается также решетка из

тонкого металлического прута. В комплект даже может быть включена каминная спичка. Пользоваться таким барбекю легко: надо просто отогнуть 2 перфорированных ушка, находящихся сбоку, поджечь через них уголь и проследить, чтобы он разгорелся. Через 2 минуты можно готовить барбекю.

Существуют и специальные конструкции для жарки рыбы и стейков. Это устройства с откидными ножками, изготовленные из нержавеющей стали. Однако у них есть недостаток: приходится строить очаг из подручных материалов и разводить огонь прямо на земле.

Модель барбекю с двойной решеткой удобна тем, что блюдо легко можно переворачивать и регулировать процесс обжарки. Мясо (или любьой другой продукт) раскладывается и зажимается решетками. Удлиненные ручки уберегут руки от ожогов. Однако такие решетки приходиться тщательно и долго отмывать.

Небольшой, похожий на чемоданчик барбекю американского производства представляет собой ящичек без крышки. Ножки к нему крепятся отдельно. При готовке на этой конструкции лучше использовать прессованный уголь.

Универсальный мангал хорош тем, что на нем можно жарить как шашлык, так и барбекю. Этот легкий и удобный мангал, который быстро собирается-разбирается и чем-то напоминает кейс. Все устройство изготовлено из прочного, толстого металла, так что прослужит оно достаточно долго.

Барбекю, выполненные в виде домашних животных, перекочевали в Россию из Германии, и быстро приобрели популярность. Сделанные из чугуна жаровни состоят из емкости для древесного угля и решетки, высоту которой можно регулировать. Недостаток таких конструкций заключается в том, что за 1 раз можно пожарить лишь небольшое количество мяса.

Существуют мангалы, которые совмещают функции барбекю и гриля. Изготавливаются такие конструкции из чугуна или нержавеющей стали. Высоту решетки можно регулировать относительно углей. В комплект к тому же входит вертел для гриля, снабженный двигателем. Иногда к таким устройствам прилагаются специальные шпильки, которые не позволяют наколотым на них продуктам переворачиваться и перекручиваться.

Наибольшей популярностью в России пользуются барбекю в виде решетки. В продаже можно найти раздвижные устройства, благодаря чему их площадь может увеличиваться в 2 раза. Можно также купить решетку-барбекю с антипригарным покрытием.

К «мобильным» барбекю прилагается обычно чемоданчик для его хранения, а также щипчики для углей, двузубая вилка и

лопатка. Такой комплект весьма удобен и эстетичен.

Следует отметить, что для приготовления разнообразных блюд, лучше приобрести круглые жаровни на высоких ножках. В них можно регулировать высоту решетки, ведь для каждого вида продукта нужна своя температура. Впрочем, для рыбы и овощей можно приобрести специальные барбекю, которые облегчат приготовление этих нежных продуктов.

В загородном доме или на даче можно организовать и постоянный очаг для барбекю. Для этого в подходящем месте надо выкопать небольшую яму и выложить ее кирпичами или камнями. Решетку можно сделать как двойную, так и одинарную. Вообще, стационарное барбекю лучше всего подходит для больших семей или многолюдных компаний. Если на пикник собираются 10 человек, потребуется не менее 2 кг мяса, следовательно, площадь решетки должна быть не менее 1,5 м2. Горизонтальные барбекю-жаровни будут в такой ситуации наиболее уместны.

Если же желания тратить время на подготовку и разжигание углей нет, есть смысл установить электрическую или газовую модель барбекю. Она не только будет экономить время, но и позволит приготовить практически любое блюдо. Ну а для романтиков подобные удобства не подойдут. Блюда, приготовленные на электрических и газовых барбекю, будут отличаться отсутствием ароматного дымка.

Ну и конечно, идеальным вариантом являются стационарные барбекю с очагами из мрамора, гранита, базальта или туфа. Такие сооружения на заказ строят профессионалы. В них, помимо барбекю, можно готовить практически любые продукты и любым способом: жарить, коптить, запекать, варить или парить. При наличии такой модели можно на свежем воздухе приготовить целиком поросенка или ягненка. Самое главное при приобретении – предусмотреть теплоотражающие экраны жаровни: именно они создадут необходимый эффект духовки. В таких моделях обязателен электромотор, ведь невозможно переворачивать, скажем, поросенка вручную в течение 4–5 часов. Съемные конструкции решеток позволят подавать мясо или рыбу, не перекладывая в тарелки. Все составляющие жаровни должны быть изготовлены из чугуна – и решетка, и вертел, и противень.

Сардельки, купаты и колбаски следует готовить на особом барбекю – вертикального типа. Вообще подобные модели обладают достаточно широкими кулинарными возможностями. На них также можно запечь рыбу, овощи, стейки из говядины и морепродукты.

Барбекю-котлы позволят готовить пищу даже под дождем.

Эти конструкции, похожие на бочонки со сферической крышкой, вмещают больше углей, поэтому в них можно готовить более «серьезные» блюда. Они компактны и легко помещаются в багажник машины.

Но сама жаровня и угли – это еще полдела, 50 % удачно приготовленного барбекю составляют правильный выбор продуктов и маринад. Например, существуют особые правила для барбекю из рыбы; осетровые породы великолепно подходят для жарки на решетке, а вот семга может прилипнуть к ней, ее следует готовить только на шампурах. Самое главное правило – для барбекю подходит рыба жирных сортов, а мариновать ее следует значительно меньше, чем мясо. 1 часа вполне достаточно, чтобы рыба пропиталась специями и компонентами маринада. Осетр или горбуша готовятся на углях, например, 15–20 минут.

К приготовлению мяса применяются другие правила. Оно маринуется дольше, это время также зависит от его сорта и жесткости. Особо хочется отметить, что для барбекю наилучший вариант – это мясо молодых животных. Старое мясо нетрудно определить на глаз: оно темно-красное с фиолетовыми прожилками и жесткое на ощупь. Маринуется и жарится такое мясо значительно дольше, кроме того, на вкус оно немного хуже.

При жарке на углях мясо теряет много воды, которая выделяется в виде пара, вследствие чего, от первоначального объема куска теряется около 35 %. Так что следует знать, что из 1 кг сырого мяса получится примерно 650 г готового продукта.

Для барбекю из говядины лучше использовать филей или оковалок – это куски, вырезанные из длинных мышц, расположенных по обеим сторонам поясничной части позвоночника туши. Части задней ноги не являются первосортными для приготовления хорошего барбекю, поскольку мясо в этой части туши жестковато.

Если предпочтение отдается баранине, лучше взять корейку или задний окорок – это наиболее мягкая часть туши. А вот грудинку или лопаточную часть для жарки обычно не используют.

Для приготовления барбекю из свинины необходимо помнить одно правило: выбирать следует только нежирное мясо, излишнее сало имеет специфический запах и может испортить блюдо. Мясо упитанного поросенка будет наилучшим вариантом.

Любителям барбекю из птицы (домашней или дикой) хочется дать несколько советов:

– мясо должно быть свежим, тушку желательно осмотреть;

– лучше выбирать мясо молодой птицы, у старой грудная кость жесткая, а мясо сероватое;

– тушку дикой птицы необходимо ощипать и опалить над

огнем;

– птичьи тушки следует потрошить перед разделкой и маринованием;

– даже купленную в магазине тушку надо тщательно промыть, расправить, чтобы не было складок кожи, и обсушить полотенцем.

Чтобы приготовить барбекю и порадовать себя и гостей, стоит обратить внимание на свежесть продуктов. Если мясо, рыба или что-то другое вызывает подозрение, от такого продукта лучше отказаться.

Когда до поездки на пикник осталось 2 дня, неохота замораживать приготовленное для барбекю мясо. Известно, что размороженное мясо теряет свои вкусовые качества.

Но на 2–3 дня можно сохранить мясо и без заморозки, надо лишь натереть его крупной солью и завернуть в полотенце. Можно также переложить куски листьями крапивы.

Если без заморозки не обойтись, надо знать способы правильного размораживания мяса для барбекю. Его надо обмыть, выложить в кастрюлю, накрыть марлей и оставить на 2–3 часа при комнатной температуре.

Не стоит размораживать мясо в воде, иначе питательные вещества и микроэлементы просто перейдут в воду. При высокой температуре (выше комнатной) оно теряет много сока и становится жестким.

Когда мясо разморозилось, можно приняться за его разделку. Прежде всего необходимо очистить куски от пленок и сухожилий. Нарезается мясо на куски только поперек волокон. Если для барбекю берется говядина или телятина, лучше разрезать мясо большими кусками, тогда оно будет сочнее и аппетитнее. Жесткую говядину можно сделать более мягкой, воспользовавшись деревянным молоточком. Для этого вырежьте кусочки удлиненной формы и отбейте. После этого натрите их сухой горчицей и оставьте на 4–5 часов перед замачиванием.

Искусством маринования продуктов для барбекю можно овладеть, зная несколько правил:

– для каждого вида барбекю существуют свои рецепты маринада;

– мариновать продукты надо в эмалированной посуде, алюминиевую и оцинкованную лучше не использовать, поскольку маринад в этом случае вступает в химическую реакцию с металлом;

– время замачивания в маринаде зависит от вида продукта (мясо можно мариновать 7–8 часов, а рыбу – 1 час);

– посуду с маринадом надо держать только в холодном месте;

– обязательно оставить часть маринада для смачивания барбекю во время жарки.

Маринад – это смесь специй, соли, уксуса, различных овощей и трав с водой или сухим вином. Впрочем, воду можно заменить кислым молоком, а уксус – лимонным или яблочным соком.

Пользоваться специями надо уметь. При добавлении в маринад они улучшают вкус барбекю, придают ему ароматный запах, повышают аппетит, способствуют лучшему усвоению пищи и выделению пищеварительных соков. Ароматические и вкусовые вещества прекрасно растворяются в жире, а при жаренье они сохраняют свои полезные качества и не улетучиваются.

Для маринада можно использовать готовые соусы и кетчупы как на томатной, так и на других основах. При приготовлении маринада для рыбы не стоит использовать слишком острые специи и соусы, иначе потеряется ее неповторимый аромат, который будут перебивать пряные запахи. Для приготовления барбекю из морепродуктов в маринад добавляются травы, перебивающие специфический запах этих обитателей моря. Интересно, что для придания лучшего вкуса барбекю из рыбы и продуктов моря в маринад часто добавляют фрукты, например авокадо, ананасы, бананы, цитрусовые, папайю и т. д.

И еще несколько тонкостей о правильном подходе к приготовлению продуктов на решетке:

– жилистое мясо не годится для жаренья на решетке;

– рыбу сначала необходимо слегка обжарить с обеих сторон и лишь после этого доводить до готовности;

– решетку следует предварительно смазать растительным маслом и нагревать в течение 5 минут;

– сухое мясо или рыбу стоит хорошо смазать жиром и полить маринадом;

– если куски мяса довольно большие, их сначала надо обжарить при более высокой температуре, чтобы образовалась небольшая корочка, а потом понизить температуру;

– готовя барбекю, мясо надо переворачивать с помощью специальных щипцов или лопатки, а не вилки, чтобы из кусочков не вытекал сок;

– мясо, приготовленное на решетке, лучше сразу подавать на стол, после дополнительного подогрева оно теряет в своих вкусовых качествах;

– под электрическую решетку всегда надо ставить сосуд для стекающего сока, которым можно поливать барбекю;

– приготовленное на решетке мясо не следует подавать с густым соусом;

– после каждого применения решетку нужно вычищать и

ополаскивать водой, а при необходимости и мыть с мылом.

Способов приготовления барбекю – огромное множество, какому отдать предпочтение – это дело вкуса. Но в этой книге мы познакомим вас с очень интересными рецептами.

Барбекю из мяса и субпродуктов

Барбекю из говядины

• 1,5 кг говядины
• 5 помидоров
• 3 луковицы
• 20 г сливочного масла
• 50 мл 3%-ного уксуса
• 50 г измельченного зеленого лука
• 1 пучок зелени петрушки
• 1 пучок зелени укропа
• Красный молотый перец, соль по вкусу

1. Говядину промыть, очистить от пленок, нарезать небольшими кусочками и выложить слоями в эмалированную емкость, пересыпая каждый из них солью, перцем и сбрызгивая уксусом.

2. Мясо мариновать в прохладном месте в течение 2–3 часов.

3. Репчатый лук нарезать кольцами, помидоры – кружочками.

4. Подготовленное мясо разложить на решетке вперемешку с репчатым луком и помидорами, смазать размягченным сливочным маслом и жарить на углях до готовности.

5. Подать барбекю на стол, украсив зеленым луком и веточками укропа и петрушки.

Барбекю по-пастушьи

• 1 кг телячьей корейки
• 4 луковицы
• 80 мл белого сухого вина
• 5 зубчиков чеснока
• По 0,5 пучка зелени петрушки, кинзы и базилика
• Черный и красный молотый перец, соль по вкусу

1. Корейку нарезать небольшими кусочками, посолить, поперчить и посыпать измельченным луком.

2. Хорошо перемешать, залить вином и оставить на 3–4 часа в холодном месте.

3. Замаринованное мясо разложить на решетке и жарить на раскаленных углях до готовности.

4. На стол барбекю подать, украсив мелко нарубленным чесноком и зеленью петрушки, кинзы и базилика.

Барбекю из говяжьей вырезки

• 1 кг говяжьей вырезки
• 600 г говяжьего языка
• 350 г копченого сала
• 200 мл белого сухого вина
• 150 г сливочного масла
• 3 луковицы
• 30 г тертого хрена
• 30 г измельченного корня петрушки
• 1 пучок зелени петрушки
• Черный молотый перец, соль по вкусу

1. Говядину промыть, нарезать брусочками, выложить в эмалированную емкость, добавить измельченный лук, зелень, корни петрушки, влить белое вино, посолить, поперчить и мариновать мясо в течение 4–5 часов.

2. Язык отварить в подсоленной воде, затем обдать холодной водой, снять кожу и нарезать тонкими полосками. Копченое сало измельчить таким же образом.

3. Каждый брусочек маринованной говядины обернуть полосками языка и копченого сала, разложить на решетке и жарить на раскаленных углях до готовности.

4. Сливочное масло соединить с тертым хреном, добавить немного соли и перца и хорошо перемешать.

5. Барбекю выложить на блюдо и подать на стол с полученным соусом.

Барбекю по-мексикански

• 1,5 кг говядины
• 4 луковицы
• 3 красных острых перцев
• 4 сладких перца
• 1 лимон
• 50 мл растительного масла
• Соль по вкусу

1. Говядину промыть, нарезать небольшими кусочками и слегка отбить молотком.

2. Острые и сладкие перцы очистить от семян, промыть и нарезать кольцами, лук очистить и измельчить.

3. Кусочки мяса, перцы и лук разложить вперемешку на решетке, смазать растительным маслом, посолить и жарить на раскаленных углях до готовности.

4. Готовое барбекю украсить дольками лимона и подать на

стол.

Барбекю из говядины со шпиком

• 1 кг говядины
• 70 г шпика
• 100 г топленого сала
• 3 луковицы
• 250 г риса
• 20 мл растительного масла
• По 0,5 пучка зелени укропа и петрушки
• Черный молотый перец, соль по вкусу

1. Говядину промыть, нарезать небольшими кусочками и хорошо отбить, а шпик – тонкими ломтиками.

2. Подготовленное мясо и сало разложить на решетке, посолить, поперчить и жарить на раскаленных углях.

3. Рис отварить в подсоленной воде. Лук нарезать кольцами и обжарить в растительном масле.

4. Перед подачей на стол на середину большого блюда выложить рассыпчатую рисовую кашу и полить ее растопленным салом, а затем готовое мясо, жареный лук и веточки укропа и петрушки.

Барбекю из телятины с помидорами

• 1,5 кг телятины (мякоть)
• 4 луковицы
• 5 помидоров
• 200 мл яблочного сока
• 50 мл томатного соуса
• 40 г сахара
• По 0,5 пучка зелени укропа и базилика
• Черный молотый перец, соль по вкусу

1. Мясо промыть, нарезать небольшими кусочками, посолить, поперчить, посыпать сахаром и смешать с нарезанным кольцами луком.

2. Затем залить яблочным соком и оставить на 1–2 часа.

3. На подготовленную решетку выложить замаринованное мясо, лук и помидоры, нарезанные кружочками, и жарить на раскаленных углях до готовности.

4. На стол барбекю подать, украсив нарубленной зеленью укропа и базилика. Отдельно подать томатный соус.

Барбекю из телятины с картофелем

• 1 кг телятины
• 250 г копченого сала
• 7 клубней картофеля
• 2 яблока
• 1 гранат
• 100 г сливочного масла
• 1 пучок зелени петрушки
• Красный и черный молотый перец, соль по вкусу

1. Телятину нарезать небольшими кусочками, слегка отбить, посолить и поперчить.

2. Яблоки и картофель хорошо помыть.

3. На решетку выложить кусочки мяса, клубни картофеля, разрезанные на 2 части яблоки, кусочки сала и жарить на раскаленных углях до готовности, периодически сбрызгивая слегка подогретым сливочным маслом.

4. На стол мясо подать на решетке, украсив зернами граната и веточками петрушки.

Барбекю из говядины с рисом

• 1,5 кг говядины
• 300 г шпика
• 160 г свиного топленого сала
• 150 г риса
• 5 луковиц
• 60 мл растительного масла
• 100 мл мясного бульона
• Красный молотый перец, соль по вкусу

1. Говядину нарезать кусочками весом 20–25 г и отбить молоточком до толщины 5 мм.

2. Свиной шпик нарезать квадратиками со стороной 5 см.

3. Мясо разложить на решетке вперемешку со шпиком, посолить, поперчить и поджарить на углях с растопленным свиным салом.

4. Рис промыть и отварить. Лук нарезать кольцами и обжарить в растительном масле. На середину большого блюда горкой высыпать рис и полить его мясным бульоном. Сверху выложить готовый барбекю и лук.

Барбекю из говядины с артишоками

• 1 кг говядины
• 8 артишоков
• 5–6 кукурузных початков

• 1 сладкий перец
• 70 мл шашлычного кетчупа
• 50 мл красного сухого вина
• 50 мл растительного масла
• 1 пучок листового салата
• По 0,5 пучка зелени укропа и петрушки
• Черный молотый перец, соль по вкусу

1. Вино соединить с растительным маслом (30 мл), кетчупом (50 мл), посолить, поперчить и тщательно перемешать.

2. Мясо промыть, нарезать небольшими кусочками, залить полученным маринадом и оставить на 2 часа.

3. Сладкий перец нарезать кольцами, кукурузу – пополам.

4. После этого замаринованную говядину разложить на решетке вместе со сладким перцем и кукурузными початками и жарить на раскаленных углях до готовности.

5. Артишоки помыть, разрезать пополам, обе половинки заполнить кетчупом, после чего слегка обжарить на сковороде в оставшемся растительном масле.

6. На дно неглубокой тарелки выложить листья салата, а сверху – готовое барбекю и жареные артишоки, посыпать измельченной зеленью петрушки и укропа и подать на стол.

Барбекю из говяжьего фарша с кабачками и булочкой

• 700 г говяжьего фарша
• 2 кабачка
• 300 г бекона
• 4 луковицы
• 1 сладкий перец
• 2 яйца
• 1 булочка из пшеничной муки
• 30 мл оливкового масла
• 50 мл молока
• По 0,5 пучка зелени петрушки и укропа
• Черный молотый перец, соль по вкусу

1. В говяжий фарш добавить предварительно размоченную в молоке булочку, нарезанный кольцами и обжаренный в оливковом масле лук, яйца, посолить, поперчить и тщательно перемешать.

2. Из полученной массы сформовать небольшие колбаски и завернуть их в нарезанный тонкими пластинками бекон.

3. Кабачки помыть, очистить и нарезать крупными дольками, а сладкий перец – кольцами.

4. На подготовленную решетку разложить колбаски, дольки

кабачков, кольца перца и жарить на раскаленных углях до готовности.

5. Перед подачей на стол барбекю украсить измельченной зеленью укропа и веточками петрушки.

Барбекю по-любительски

• 1 кг говядины
• 4 луковицы
• 40 мл 3%-ного уксуса
• 100 мл виноградного сока
• Черный молотый перец, соль по вкусу

1. Говядину очистить от пленок, промыть, нарезать небольшими кусками и поместить в неметаллическую емкость.

2. Добавить уксус, лук, нарезанный кольцами, виноградный сок, посолить, поперчить, тщательно перемешать и поставить в холодное место на 6–8 часов.

3. После этого куски мяса разложить на решетке и жарить на тлеющих углях до готовности.

4. Перед подачей на стол барбекю полить маринадом и украсить репчатым луком.

Баранина в горшочке

• 700 г баранины
• 2 острых красных перца
• 150 мл воды
• 80 г сливочного масла
• 20 г пшеничной муки
• 30 г измельченного зеленого лука
• По 0,5 пучка зелени петрушки и чабреца
• Красный и черный молотый перец, соль по вкусу

Для теста

• 30 г пшеничной муки
• 1 яйцо

1. Для приготовления этого оригинального блюда возьмите небольшой глиняный кувшин (или горшок) с узким горлышком.

2. Мякоть баранины от задней ноги нарезать небольшими кусочками, добавить крупно нарезанный зеленый лук, измельченную зелень петрушки, несколько веточек чабреца, стручки острого перца, муку, сливочное масло, посолить и поперчить.

3. Тщательно перемешать, переложить в кувшин, влить воду и замазать горлышко тестом, приготовленным из яйца, муки и

воды.

4. Затем поставить на решетку и запекать в течение 2 часов.

Барбекю из баранины в винном маринаде

• 1 кг баранины
• 300 г риса
• 2 яблока
• 1 лимон
• 200 мл красного сухого вина
• 200 мл виноградного сока
• 50 г сливочного масла
• 3 г измельченного имбиря
• 2 веточки мяты
• Черный молотый перец, соль по вкусу

1. Баранину промыть, удалить пленки, нарезать небольшими кусочками, посолить, поперчить и залить смесью красного вина и виноградного сока.

2. Все тщательно перемешать и поставить в холодильник на 3–4 часа.

3. Рис промыть, отварить в подсоленной воде и откинуть на сито.

4. Яблоки помыть, очистить, удалить сердцевину, нарезать кубиками и потушить на сковороде в растопленном сливочном масле.

5. Готовый рис смешать с тушеными яблоками и посыпать имбирем.

6. Маринованные кусочки баранины выложить на решетку и жарить на раскаленных углях до готовности, после чего снять с решетки и подать на столу с гарниром из отварного риса, украсив дольками лимона и листиками мяты.

Барбекю с солеными огурцами

• 1 кг свинины (шейка)
• 170 г соленых огурцов
• 3 луковицы
• 60 г горчичного соуса
• 40 мл растительного масла
• Черный молотый перец, соль по вкусу

1. Мясо промыть, нарезать кусочками, посыпать солью и перцем, насадить на шпажки вперемешку с нарезанным луком и полить растительным маслом.

2. Подготовленное мясо выложить на решетку и жарить на

углях, периодически переворачивая.

3. На стол подать с нарезанными соломкой солеными огурцами и горчичным соусом.

Барбекю из телятины с луком

- 1,5 кг телятины
- 3 луковицы
- 40 мл 3%-ного уксуса
- 20 г измельченной зелени укропа
- 0,5 пучка зелени петрушки
- Черный молотый перец, соль по вкусу

1. Мякоть телятины нарезать кусочками весом 20–25 г, посолить, поперчить, перемешать с нашинкованным луком, зеленью укропа, полить уксусом и поставить на холод на 3–4 часа.

2. После этого куски мяса разложить на решетке и жарить на раскаленных углях.

3. Барбекю выложить на тарелку, посыпать нашинкованным репчатым луком, зеленью петрушки и подавать на стол.

Барбекю с солеными огурцами

- 1 кг свинины (шейка)
- 200 г соленых огурцов
- 4 луковицы
- 50 мл горчичного соуса
- 40 мл растительного масла
- Черный молотый перец, соль по вкусу

1. Мясо промыть и нарезать кусочками.

2. Затем посыпать солью, перцем и нарезанным кольцами луком, полить растительным маслом, выложить на решетку и запекать на горячих углях до готовности.

3. На стол барбекю подать с нарезанными соломкой солеными огурцами и горчичным соусом.

Барбекю из запеченной свинины

- 1 кг свинины
- 5 помидоров
- 4 луковицы
- 8 яиц
- 50 мл растительного масла
- 1 пучок зелени петрушки

• 5 г молотой паприки
• Красный молотый перец, соль по вкусу

1. Свинину промыть, нарезать кусочками и пропустить через мясорубку, добавить мелко нарезанный лук, паприку, посолить, поперчить и тщательно перемешать.

2. Из полученного фарша сформовать биточки и обжарить их на решетке, смазанной растительным маслом, на раскаленных углях с обеих сторон.

3. Готовые биточки выложить в огнеупорную емкость, сверху поместить нарезанные кружочками помидоры, посыпать измельченной зеленью петрушки, залить взбитыми яйцами и запекать в разогретой духовке в течение 2–3 минут.

Барбекю из баранины с мадерой

• 1 кг баранины
• 200 мл мадеры
• 7 клубней картофеля
• 60 мл лимонного сока
• 70 г топленого масла
• 40 мл растительного масла
• 1 пучок зелени петрушки
• Черный молотый перец, соль по вкусу

1. Баранину промыть, очистить от пленок, нарезать небольшими кусочками, выложить в эмалированную кастрюлю, посолить, поперчить и залить смесью мадеры и лимонного сока.

2. Мариновать мясо в течение 3–4 часов, затем разложить на решетке, смазать растительным маслом и жарить на раскаленных углях до готовности.

3. Картофель очистить, помыть и отварить целиком в подсоленной воде, затем вынуть шумовкой, выложить на блюдо, полить растопленным маслом и посыпать измельченной зеленью петрушки.

4. Готовое мясо снять с решетки и подать на стол на блюде с картофелем.

Барбекю по-славянски

• 1,2 кг говядины
• 3 моркови
• 500 г консервированного зеленого горошка
• 70 г сливочного масла
• 40 мл растительного масла
• Черный молотый перец, соль по вкусу

1. Говядину промыть, очистить от пленок и нарезать порционными кусками.

2. Затем посолить, поперчить, смазать растопленным сливочным маслом и обжарить на решетке на раскаленных углях с обеих сторон.

3. Морковь очистить, помыть, нарезать звездочками и спассеровать в растительном масле. Готовое мясо разложить по тарелкам, украсить зеленым горошком, спассерованной морковью и подать на стол.

Барбекю в пивном маринаде

- 1 кг свинины
- 4 луковицы
- 150 г сливочного масла
- 500 мл светлого пива
- 5 г молотой корицы
- 3 г гвоздики
- Черный молотый перец, соль по вкусу

1. Мясо промыть, удалить пленки, нарезать кусочками, добавить корицу, гвоздику, посолить, поперчить, перемешать, залить пивом и поставить в прохладное место на 3 часа. Лук очистить, нарезать и спассеровать на сковороде в растопленном сливочном масле.

2. Кусочки мяса разложить на решетке и жарить на углях до готовности. Готовое мясо подать на стол со спассерованным луком.

Барбекю с пряными листьями

- 1 кг свинины
- 300 г соленых огурцов
- 60 г тертого хрена
- 40 мл растительного масла
- 50 мл 3%-ного уксуса
- По 5–6 листьев хрена и черной смородины
- Черный молотый перец, соль по вкусу

1. Свинину промыть, нарезать порционными кусками, сбрызнуть уксусом, посолить и поперчить.

2. Мясо выложить на смазанную растительным маслом решетку и обжарить на раскаленных углях с обеих сторон. На блюдо выложить промытые и обсушенные листья хрена и черной смородины, сверху – готовую свинину и подать на стол с солеными огурцами, нарезанными ломтиками, и тертым хреном.

Барбекю из свинины с картофельным пюре

• 1 кг свинины
• 4 луковицы
• 500 г картофельного пюре
• 200 мл огуречного рассола
• 50 мл растительного масла
• 1 пучок зелени петрушки

1. Свинину промыть, нарезать небольшими кусочками, выложить в неглубокую эмалированную миску, добавить измельченный лук, залить огуречным рассолом и поставить в прохладное место на 5–6 часов.

2. После этого кусочки мяса насадить на деревянные шпажки и жарить на решетке, смазанной растительным маслом, до образования золотистой корочки.

3. Готовое блюдо посыпать измельченной зеленью петрушки и подать на стол с картофельным пюре.

Барбекю из телятины с чабрецом

• 1 кг телятины
• 5 зубчиков чеснока
• 4 помидора
• 5 г сушеного чабреца
• Черный молотый перец, соль по вкусу

1. Мясо промыть, очистить от пленок, нарезать небольшими кусочками и слегка отбить.

2. Кусочки телятины выложить в эмалированную емкость, добавить измельченный чеснок, чабрец, очищенные от кожуры и растертые помидоры, посолить, поперчить, перемешать и оставить на 7 часов.

3. Затем разложить кусочки мяса на решетке и жарить на горячих углях до готовности, периодически поливая маринадом.

Барбекю с пряными травами и яблоками

• 1 кг телятины
• 4 зеленых яблока
• 60 мл оливкового масла
• 4 зубчика чеснока
• 1 лимон
• По 0,5 пучка укропа, петрушки, орегано, тимьяна и майорана
• Красный молотый перец, соль по вкусу

1. Телятину промыть, очистить от пленок, нарезать небольшими кусочками и выложить в эмалированную емкость.

2. С лимона снять острым ножом цедру и выжать сок.

3. Оливковое масло смешать с лимонным соком, измельченным чесноком, лимонной цедрой, нашинкованной зеленью (оставив немного для украшения), посолить и поперчить. Залить полученным маринадом мясо и поставить в прохладное место на 4–5 часов.

4. После этого разложить кусочки телятины на решетке и жарить на раскаленных углях.

5. Готовое барбекю украсить кусочками яблок, оставшейся зеленью и подать на стол.

Барбекю из вырезки

• 1 кг говяжьей вырезки
• 80 г топленого сала
Для гарнира
• 60 г шампиньонов
• 6 клубней картофеля
• 300 г консервированного зеленого горошка
• 80 г сливочного масла
• Черный молотый перец, соль по вкусу
Для соуса
• 150 мл мадеры
• 250 мл томатного соуса

1. Мясо промыть, нарезать порционными кусками и обжарить на решетке, смазанной салом.

2. Готовое барбекю выложить на блюдо, украсить ломтиками вареных шампиньонов, прогретых в растопленном сливочном масле, жареным картофелем и зеленым горошком.

3. Сверху полить томатным соусом, смешанным с мадерой.

Барбекю по-фермерски

• 1 кг свиных ребрышек
• 125 мл растительного масла
• 70 мл соуса чили
• 1 острый перец
• 1 сладкий зеленый перец
• 10 г черного молотого перца
• Соль по вкусу

1. В растительное масло добавить соус чили, нарезанные кольцами перцы, посолить, поперчить и тщательно перемешать.

Ребрышки промыть, разрезать между костями, полить приготовленным маринадом и поставить на 1 час в холодильник.

2. После этого ребрышки вынуть из маринада и обжарить на решетке до образования хрустящей корочки.

Барбекю из телятины, запеченной в бумаге

- 1,5 кг телятины
- 5 помидоров
- 4 луковицы
- 30 г жира
- 20 г сливочного масла
- 0,5 пучка зелени петрушки
- 0,5 пучка зелени укропа
- Красный и черный молотый перец, соль по вкусу

1. Мякоть телятины промыть, нарезать маленькими кусочками, добавить мелко нарубленный лук, измельченные помидоры, промытую зелень петрушки и укропа, жир, посолить и поперчить.

2. Все тщательно перемешать и поставить в холодное место на 2–3 часа.

3. После этого полученную массу выложить на смазанную сливочным маслом пергаментную бумагу, свернуть в виде пакета, обернуть фольгой и обвязать ниткой.

4. Пакет выложить на смазанную жиром решетку и запекать на углях в течение 40–50 минут.

Барбекю с картофелем

- 1 кг телятины
- 10 клубней картофеля
- 5 луковиц
- 100 г томатного пюре
- 200 мл красного сухого вина
- 3 зубчика чеснока
- 80 г муки
- 1 пучок зелени укропа
- Черный молотый перец, соль по вкусу

1. Мясо промыть, очистить от пленок, нарезать поперек волокон, посолить, поперчить и натереть чесноком.

2. Лук нашинковать, добавить томатное пюре, муку, сухое вино, мелко нарезанный укроп, поперчить и хорошо перемешать.

3. Замочить мясо в полученном маринаде на 2–3 часа.

4. Картофель очистить и нарезать крупными дольками.

5. Телятину и картофель разложить на решетке и жарить на горячих углях до готовности. Периодически необходимо переворачивать их и сбрызгивать маринадом.

6. Подать на стол с полученным острым соусом и веточками укропа.

Барбекю с огуречной начинкой

• 800 г говядины
• 120 г сала
• 1 огурец
• 1 сладкий перец
• 60 мл растительного масла
• 20 г горчицы
• Черный молотый перец, соль по вкусу

1. Огурец и сладкий перец помыть, очистить, мелко нарезать и перемешать.

2. Мясо разрезать на 8 кусков, промыть, слегка отбить, посолить, поперчить и смазать горчицей.

3. На каждый из них выложить сало, нарезанное кубиками, и овощи, свернуть и обвязать ниткой или закрепить металлической шпажкой.

4. Смазать полученные рулеты растительным маслом, завернуть в фольгу и запекать в горячих углях в течение 40–50 минут.

Барбекю с морковной начинкой

• 1 кг говядины
• 2 моркови
• 2 луковицы
• 2 корня петрушки
• 2 корня сельдерея
• 1 яйцо
• 150 г сала
• 50 г майонеза
• Черный молотый перец, соль по вкусу

1. Морковь, лук, корни петрушки и сельдерея очистить, помыть и нашинковать.

2. Затем добавить сваренное вкрутую и мелко нарезанное яйцо, измельченное сало и тщательно перемешать.

3. Мясо нарезать кусками толщиной 1,5 см, отбить, посолить, поперчить, выложить на каждый из них приготовленную начинку, свернуть в виде рулета, перевязать ниткой, смазать майонезом,

поместить на решетку и обжарить на горячих углях.

Барбекю из говядины с луком

• 1 кг говядины
• 60 г сала
• 4 луковицы
• 1 сладкий зеленый перец
• 50 мл винного уксуса
• 1 пучок зелени петрушки
• Черный молотый перец, соль по вкусу

1. Мякоть говядины промыть, нарезать небольшими кусочками и вместе с салом и луком пропустить через мясорубку.

2. Полученную массу посолить, поперчить, хорошо перемешать и поставить на 3 часа в прохладное место.

3. Затем из полученного фарша сформовать небольшие колбаски, выложить их на противень и жарить на раскаленных углях до готовности.

4. Перед подачей на стол мясо выложить на блюдо, полить уксусом и посыпать мелко нарезанной зеленью и нашинкованным сладким перцем.

Барбекю из свинины на шпажках

• 800 г свиного филе
• 130 г шпика
• 4 клубней картофеля
• 3 луковицы
• 1 сладкий зеленый перец
• 100 мл растительного масла
• 130 мл белого полусладкого вина
• 2 г красного молотого перца
• 2 г черного молотого перца
• Соль по вкусу

1. Мясо промыть и нарезать ломтиками.

2. Картофель очистить, нарезать кружочками и слегка обжарить в растительном масле. Сладкий перец очистить от семян, промыть и измельчить. Шпик нарубить.

3. Подготовленное мясо и картофель посолить, поперчить и нанизать на шпажки, перемежая с кусочками перца, кольцами лука и ломтиками шпика, сбрызнуть вином и растительным маслом, завернуть в фольгу и жарить на решетке около 20 минут.

Барбекю из свинины и телятины

• 600 г телятины
• 600 г свинины
• 4 луковицы
• Черный молотый перец, соль по вкусу

1. Мясо промыть, разрезать на небольшие куски и разложить на решетке.

2. Затем обжарить мясо на углях, посолить, поперчить и украсить сверху нарезанным луком.

Барбекю из свинины с персиками

• 1 кг свинины
• 3 персика
• 200 г риса
• 100 мл апельсинового сока
• 100 мл лимонного сока
• 50 мл хереса
• 3 г молотой корицы
• 20 г апельсиновой цедры
• Красный молотый перец, соль по вкусу

1. Свинину промыть, нарезать небольшими кусочками и выложить в эмалированную кастрюлю.

2. Апельсиновый и лимонный соки соединить с хересом, добавить корицу, посолить, поперчить, залить мясо полученным маринадом и поставить в прохладное место на 3–4 часа.

3. После этого разложить кусочки свинины на решетке и жарить на раскаленных углях до готовности, периодически поливая маринадом.

4. Рис промыть, отварить в подсоленной воде, откинуть на сито, дать лишней жидкости стечь и выложить горкой на середину блюда, по краям разложить мясо, украсить нарезанными кусочками персиков без косточек, посыпать апельсиновой цедрой и подать на стол.

Барбекю по-осетински

• 800 г мякоти баранины
• 3 луковицы
• 50 мл винного уксуса
• 3 г молотой корицы
• 3 г черного молотого перца
• Соль по вкусу

1. Мясо промыть, нарезать небольшими кусочками, выложить в эмалированную емкость, посолить, поперчить, добавить уксус и

корицу, нарезанный кольцами лук, хорошо перемешать и поставить в прохладное место на 5–6 часов.

2. Затем баранину выложить на решетку и жарить на раскаленных углях до готовности.

3. Перед подачей на стол мясо посыпать репчатым луком из маринада.

Барбекю из мяса кабана

• 1 кг мясо кабана
• 3 моркови
• 1 лимон
• 70 г сливочного масла
• 50 мл растительного масла
• 50 мл винного белого уксуса
• 1 пучок зеленого лука
• 0,5 пучка зелени базилика
• 0,5 пучка зелени петрушки
• Черный молотый перец, соль по вкусу

1. Мясо промыть, разрезать на 4 части и сделать надрезы в виде кармашков.

2. Морковь помыть, очистить, натереть на крупной терке, добавить размягченное сливочное масло, измельченную зелень петрушки и базилика и хорошо перемешать.

3. Нафаршировать полученной смесью куски мяса и зашить прочной нитью.

4. Смазать мясо смесью растительного масла, винного уксуса, соли и перца, разложить на решетке и жарить на раскаленных углях до готовности. Периодически мясо переворачивать и поливать масляно-уксусной смесью.

5. Готовое барбекю украсить нашинкованным зеленым луком, нарезанным ломтиками лимоном и подать на стол.

Барбекю из мяса лося

• 1 кг мяса лося
• 4 помидора
• 3 яблока
• 2 луковицы

Для маринада

• 60 мл растительного масла
• 1 пучок зеленого лука
• 20 мл коньяка
• 50 мл винного уксуса

• 3 зубчика чеснока
• 1 лавровый лист
• 3–4 горошины черного перца
• Соль по вкусу

1. Мясо промыть, отделить очистить от сухожилий и пленок и нарезать небольшими кусочками.

2. Растительное масло соединить с коньяком, добавить мелко нарезанный зеленый лук, перец горошком, лавровый лист, уксус и измельченный чеснок, посолить и хорошо перемешать.

3. Полученным маринадом залить мясо и поставить в холодное место на 12 часов.

4. После этого куски мяса разложить на решетке и жарить в течение 20 минут, периодически сбрызгивая маринадом.

5. Помидоры и лук нарезать кольцами, яблоки – дольками, украсить ими готовое мясо и подать на стол.

Барбекю, маринованное в квасе

• 1 кг свинины
• 3 зубчика чеснока
• 50 г сливочного масла
• 100 г свиного топленого сала
• 1 пучок петрушки
• Соль по вкусу

Для маринада

• 1 л хлебного кваса
• 1 луковица
• 2 стручка острого красного перца
• 2 лавровых листа

1. Свинину промыть, нарезать ломтиками, выложить в керамическую емкость, добавить лавровый лист, острый перец, нарезанный кольцами лук, залить квасом и поставить на 2 суток в прохладное место.

2. Обсушить мясо с помощью салфеток, смазать растертым с солью чесноком, выложить на решетку и жарить около 50 минут, периодически поливая растопленным салом.

3. Готовое барбекю выложить на блюдо, полить растопленным сливочным маслом и посыпать мелко нарубленной зеленью петрушки.

Барбекю по-донскому

• 1 кг нежирной свинины
• 3 луковицы

• 60 г муки
• 50 мл соевого соуса
• 40 мл острого кетчупа
• 1 пучок зелени сельдерея
• Черный молотый перец, соль по вкусу

1. Свинину промыть, нарезать небольшими кусочками, выложить в эмалированную емкость, добавить нашинкованный репчатый лук, муку, соевый соус, посолить и поперчить.

2. Все перемешать, накрыть крышкой и мариновать в течение 4 часов.

3. Подготовленное мясо выложить на решетку и жарить на раскаленных углях.

4. Готовое барбекю полить кетчупом, украсить зеленью сельдерея и подать на стол.

Барбекю из печени

• 800 г говяжьей печени
• 200 г сальника
• 4 луковицы
• 1 лимон
• 10 г райхона
• 1 пучок зелени кинзы
• Черный молотый перец, соль по вкусу

1. Печень промыть, нарезать небольшими кубиками, посыпать райхоном, посолить и поперчить.

2. Сальник нарезать прямоугольниками, завернуть в них кубики печени, выложить на решетку и обжарить на раскаленных углях.

3. Готовое барбекю украсить дольками лимона, нарезанным кольцами луком, посыпать измельченной зеленью кинзы и подать на стол.

Барбекю из печени в винном маринаде

• 700 г печени
• 130 мл сухого красного вина
• 100 мл растительного масла
• 2 помидора
• 3 луковицы
• 1 лавровый лист
• Черный молотый перец, соль по вкусу

1. Печень промыть, очистить от пленок и нарезать небольшими ломтиками.

2. Помидоры обдать кипятком, снять кожицу и растереть, лук очистить и измельчить.

3. Подготовленные овощи соединить с красным вином, добавить растительное масло, лавровый лист, посолить, поперчить и хорошо перемешать.

4. Печень залить маринадом и оставить примерно на 6 часов.

5. После этого кусочки печени разложить на решетке и обжарить на раскаленных углях.

Барбекю из телячьих почек

• 600 г телячьих почек
• 5 помидоров
• 2 огурца
• 50 мл винного уксуса
• 1 пучок зеленого лука
• 1 пучок зелени укропа
• Черный молотый перец, соль по вкусу

1. Телячьи почки хорошо промыть, нарезать небольшими кусочками, посолить, поперчить, сбрызнуть уксусом, выложить на решетку и жарить на раскаленных углях до готовности.

2. Перед подачей на стол барбекю выложить на блюдо, полить уксусом и посыпать нарубленной зеленью. Отдельно подать нарезанные кружочками помидоры и огурцы.

Барбекю из кролика

• 500 г мяса кролика
• 30 г свиного шпика
• 50 мл сметаны
• 50 г маргарина
• Соль по вкусу

1. Мясо кролика промыть, нашпиговать свиным шпиком, посолить, смазать сметаной и жарить на решетке, натертой маргарином.

2. Перед подачей на стол полить мясо выделившимся соком.

Барбекю из кролика с яблоками

• 1 кг мяса кролика
• 4 яблока
• 3 луковицы
• 40 мл винного белого уксуса
• 35 мл растительного масла

• 1 пучок зелени укропа
• 1 пучок зелени петрушки
• Черный молотый перец, соль по вкусу

1. Мясо кролика промыть, нарезать небольшими кусочками, выложить в эмалированную емкость, поперчить, посолить, сбрызнуть винным уксусом, добавить нарезанный кольцами лук, перемешать и мариновать в течение 35–45 минут.

2. Яблоки помыть, нарезать и пассеровать в растительном масле 3–4 минуты.

3. Мясо кролика, яблоки и лук разложить на решетке и жарить на раскаленных углях до готовности, периодически переворачивая и сбрызгивая маринадом.

4. Барбекю выложить на блюдо, украсить веточками укропа и петрушки и подать на стол.

Барбекю из баранины с чесноком

• 400 г баранины
• 1 яйцо
• 4 зубчика чеснока
• 30 г пшеничного хлеба
• 125 мл молока
• Соль, молотая корица по вкусу

1. Мясо промыть, пропустить через мясорубку вместе с вымоченным в молоке и отжатым хлебом, добавить толченый чеснок, яйцо и корицу, посолить и хорошо перемешать.

2. Из полученного фарша сформовать колбаски толщиной в палец и обжарить их с обеих сторон на решетке.

Барбекю из птицы

Барбекю из индейки по-канадски

• 800 г филе индейки
• 2 сладких красных перца
• 100 г консервированных ананасов
• 60 мл томатного соуса
• 40 мл растительного масла
• 50 г сливочного масла
• 20 г крахмала
• 1 пучок зелени кинзы
• Черный молотый перец, соль по вкусу

1. Филе индейки тщательно промыть, нарезать небольшими кусочками и выложить в эмалированную емкость.

2. Томатный соус соединить с растительным маслом, крахмалом и черным перцем, залить полученной смесью кусочки индейки и мариновать в течение 2–3 часов.

3. Сладкие перцы очистить от семян, промыть и нарезать квадратиками.

4. Кусочки филе разложить на решетке, смазанной сливочным маслом, вместе со сладкими перцами и жарить на углях до готовности.

5. На стол барбекю подать, украсив ломтиками консервированных ананасов и веточками кинзы.

Барбекю из индейки с курагой

• 700 г филе индейки
• 150 г кураги
• 120 г лесных орехов
• 3 зубчика чеснока
• 60 мл яблочного сока
• 40 г сливочного масла
• 20 г горчицы
• 40 г панировочных сухарей
• Черный молотый перец, соль по вкусу

1. Филе индейки промыть, разрезать на порционные куски, сделать в каждом из них разрез в виде кармана, посолить и поперчить.

2. Курагу, орехи и очищенный чеснок измельчить, смешать с яблочным соком и заполнить полученной массой кармашки, а

края скрепить зубочистками.

3. Смазать фаршированные куски индейки растопленным сливочным маслом, смешанным с горчицей, обвалять в панировочных сухарях и обжарить на решетке на раскаленных углях с обеих сторон.

Барбекю из гуся в сливовом маринаде

• 1 кг мяса гуся
• 230 г сливы без косточек
• 3 луковицы
• 100 мл белого сухого вина
• 50 г сливочного масла
• 15 г сахара
• 3 г измельченного райхона
• Черный молотый перец, соль по вкусу

1. Мясо гуся промыть, нарезать порционными кусками и выложить в эмалированную кастрюлю, пересыпая измельченным луком.

2. Сливы помыть, измельчить в блендере, добавить белое вино, сахар, райхон, посолить и поперчить.

3. Полученной смесью залить мясо и мариновать в течение 3–4 часов.

4. Затем кусочки гуся выложить на решетку и жарить на раскаленных углях до готовности.

5. Маринад процедить сквозь сито, вылить в сотейник, добавить сливочное масло и варить на медленном огне до загустения, постоянно помешивая.

6. Готовое барбекю полить сливовым маринадом и подать на стол.

Барбекю из гуся

• 1 тушка гуся (1 кг)
• 4 яблока
• 3 луковицы
• 35 мл растительного масла
• 30 г сливочного масла
• Черный молотый перец, соль по вкусу

1. Тушку гуся промыть, разрубить на порционные кусочки, посолить, поперчить и жарить на раскаленных углях на решетке, смазанной растительным маслом, до готовности.

2. Лук и яблоки очистить, помыть, нарезать кубиками и спассеровать в растопленном сливочном масле, после чего

посолить, поперчить и перемешать.

3. Готовое барбекю выложить на блюдо, полить яблочно-луковым соусом и подать на стол.

Барбекю из утки

• 800 г мяса утки
• 30 г сливочного масла
• 20 мл лимонного сока
• 1 пучок зелени укропа
• Черный молотый перец, соль по вкусу

1. Мясо утки промыть, нарезать небольшими кусочками, посолить, поперчить, сбрызнуть лимонным соком и поставить в холод на 1 час.

2. Кусочки мяса утки выложить на решетку, смазанную сливочным маслом, и обжарить на углях.

3. Готовое блюдо посыпать измельченной зеленью укропа и подать на стол.

Барбекю из утки по-румынски

• 800 г мяса молодой утки
• 3 луковицы
• 2 яблока
• 50 мл винного уксуса
• 1 пучок зелени укропа
• Черный молотый перец, соль по вкусу

1. Подготовленное мясо утки промыть, нарезать небольшими кусочками, лук – кольцами, яблоки – кружочками.

2. Подготовленные ингредиенты слоями выложить в эмалированную кастрюлю, посыпать солью и перцем, сбрызнуть винным уксусом и оставить на 1–2 часа.

3. Затем выложить кусочки мяса утки на решетку вместе с луком и яблоками и жарить на раскаленных углях до готовности.

4. На стол барбекю подать горячим, украсив веточками укропа.

Барбекю из мяса утки и курицы

• 700 г мяса утки
• 500 г мяса курицы
• 3 луковицы
• 50 мл 3%-ного уксуса
• 3 зубчика чеснока

• 1 пучок зелени петрушки
• 15 г измельченного райхона
• Черный молотый перец, соль по вкусу

1. Мясо птиц промыть, разрубить на небольшие кусочки, выложить в эмалированную кастрюлю, посыпать мелко нарезанным луком, измельченным чесноком, райхоном, посолить, поперчить и оставить в прохладном месте на 2–3 часа.

2. После этого выложить мясо на решетку и жарить на раскаленных углях до готовности.

3. Барбекю выложить на блюдо, сбрызнуть уксусом, украсить веточками петрушки и подать на стол.

Барбекю из дикой утки

• 1 кг мяса дикой утки
• 40 г сливочного масла
• 50 мл 3%-ного уксуса
• 1 пучок зелени кинзы
• 1 лимон
• 250 мл апельсинового сока
• Черный молотый перец, соль по вкусу

1. Мясо дикой утки промыть, разрубить на куски, посолить, поперчить, полить апельсиновым соком, добавить уксус и мариновать в прохладном месте в течение 4–5 часов. После этого мясо выложить на решетку, смазать сливочным маслом и жарить на углях.

2. Готовое мясо утки снять с решетки, выложить на блюдо, украсить нарезанным кружочками лимоном, веточками кинзы и подать на стол.

Барбекю по-македонски

• 600 г цыпленка
• 200 г консервированной спаржи
• 60 мл яблочного сока
• 50 мл хереса
• 60 г сливочного масла
• Черный молотый перец, соль по вкусу

1. Тушку цыпленка промыть, нарезать кусочками и мариновать в смеси хереса и яблочного сока в течение 40 минут. Затем выложить кусочки цыпленка на решетку и жарить на углях.

2. Готовое барбекю посолить, поперчить и подать на стол с гарниром из спаржи.

Барбекю из куриных окорочков

• 1 кг куриных окорочков
• 400 г консервированного зеленого горошка
• 3 луковицы
• 60 мл томатного соуса
• 50 мл винного уксуса
• 40 г топленого масла
• 5 г молотой корицы
• 1 пучок зелени укропа
• Черный молотый перец, соль по вкусу

1. Куриные окорочка промыть, посолить, поперчить, сбрызнуть винным уксусом и поставить в холодильник на 35 минут. Лук мелко нарезать, добавить томатный соус, топленое масло и корицу и перемешать.

2. Окорочка выложить на решетку, смазать томатно-луковой смесью и запекать до готовности.

3. Блюдо посыпать измельченной зеленью укропа и подать на стол с зеленым горошком.

Барбекю из курицы с зелеными помидорами

• 1 тушка курицы (800 г)
• 4 зеленых помидора
• 2 луковицы
• 3 зубчика чеснока
• 50 мл растительного масла
• 250 мл апельсинового сока
• 0,5 пучка зелени петрушки
• 0,5 пучка зелени укропа
• Красный молотый перец, соль по вкусу

1. Тушку курицы промыть, нарезать небольшими кусочками и выложить в неглубокую эмалированную емкость.

2. Лук очистить и нарезать кольцами, добавить апельсиновый сок, посолить, поперчить, перемешать, выложить в маринад мясо и оставить в прохладном месте на 2–2,5 часа.

3. Зеленые помидоры помыть, мелко нарезать, протереть сквозь сито, добавить измельченный чеснок, мелко нарезанную зелень петрушки и укропа, посолить и перемешать.

4. Промаринованные кусочки курицы выложить на решетку и жарить на углях до готовности.

5. Барбекю выложить на блюдо, полить приготовленным соусом и подать на стол.

Барбекю из фазана

• 500 г филе фазана
• 2 яйца
• 2 ломтика пшеничного хлеба
• 50 г сливочного масла
• 1 пучок зелени укропа
• Белый молотый перец, соль по вкусу

1. Филе фазана промыть, очистить от сухожилий, нарезать небольшими ломтиками и слегка отбить.

2. После этого посыпать их солью и перцем, смочить во взбитом яйце и запанировать в раскрошенном пшеничном хлебе.

3. Подготовленные ломтики филе обжарить на решетке гриля, смазанной сливочным маслом, до готовности. Перед подачей на стол посыпать измельченной зеленью укропа.

Барбекю из рябчика

• 1 тушка рябчика
• 130 г свежего свиного сала
• 50 г сливочного масла
• Соль по вкусу

1. Дичь ощипать, выпотрошить, промыть и опустить на 2 минуты в кипяток.

2. Затем нашпиговать ее маленькими кубиками сала, посолить и обжарить на решетке гриля.

3. Готовую дичь полить растопленным сливочным маслом и подать на стол.

Барбекю из перепелов

• 6 тушек перепелов
• 4 яблока
• 3 луковицы
• 30 г муки
• 30 мл растительного масла
• 1 пучок зелени укропа
• Черный молотый перец, соль по вкусу

1. Тушки перепелок ощипать, выпотрошить, промыть, посолить, поперчить, сбрызнуть растительным маслом, запанировать в муке, выложить на решетку и жарить на горячих углях до готовности.

2. Лук очистить и нарезать кольцами, яблоки – дольками. Все обжарить на сковороде в растительном масле, посолить и

поперчить.

3. Готовые тушки перепелок выложить на блюдо, украсить веточками укропа и подать на стол с жареными овощами.

Барбекю из фаршированной утки

- 1 тушка утки
- 2 яблока
- 6 клубней картофеля
- 300 г рубленого мяса
- 150 г телячьего жира
- 140 г печени
- 70 г панировочных сухарей
- 30 г горчицы
- 50 мл растительного масла
- 250 г сметаны
- 1 пучок зелени укропа
- Сахар, соль по вкусу

1. Утку выпотрошить и хорошо промыть. Удалить из нее все кости следующим способом: острым ножом разрезать птицу вдоль спинки и осторожно отделить кости от кожи, оставляя последние суставы крылышек и ножек.

2. Кости и внутренности промыть, добавить немного зелени, залить водой, поставить на огонь и сварить бульон.

3. Утку изнутри натереть смесью горчицы, растительного масла и зелени.

4. Рубленое мясо смешать с телячьим жиром (100 г), добавить измельченную печень, панировочные сухари, оставшуюся зелень, нарезанные небольшими кусочками яблоки и картофель, сметану, сахар и соль, тщательно перемешать и наполнить полученной массой утку.

5. Птицу зашить и выложить на смазанную оставшимся жиром решетку.

6. Во время жаренья надо часто поливать тушку утки выделяющимся соком. Когда она зарумянится, облить ее мясным бульоном.

Барбекю из утки с медом

- 1 тушка утка (1 кг)
- 130 мл воды
- 100 г меда
- Черный молотый перец, соль по вкусу

1. Хорошо очищенную и выпотрошенную утку обдать

кипятком, дать ей обсохнуть и натереть изнутри солью и перцем.

2. В горячей воде развести 1 ст. л. меда.

3. Получившимся сиропом смазать утку, дать ей обсохнуть, еще раз смазать сиропом, выложить на решетку и жарить около 1 часа, периодически смазывая медовым сиропом.

4. За несколько минут до готовности обмазать тушку неразведенным медом и довести ее до готовности.

Барбекю из курицы, маринованной в вине

• 1 тушка курицы (1 кг)
• 50 г жира
• 250 мл воды
• 250 мл сухого белого вина
• 10 г лимонной кислоты
• Сахар, черный молотый перец, соль по вкусу

1. Вино разбавить водой, добавить лимонную кислоту, сахар, соль, перец и хорошо перемешать.

2. Ощипанную и выпотрошенную курицу промыть, разрубить пополам, залить полученным маринадом и поставить в прохладное место на 48 часов.

3. После этого курицу вынуть, обсушить с помощью салфеток и обжарить на решетке до коричневого цвета, периодически поливая маринадом.

Барбекю из курицы с рисовым фаршем

• 1 тушка курицы (1 кг)
• 250 г вареного риса
• 100 г вареных шампиньонов
• 100 г отварной куриной печени
• 100 г сливочного масла
• 1 пучок зелени петрушки
• Черный молотый перец, соль по вкусу

1. Тушку птицы опалить, удалить ножки, шейку между крылышками, внутренности и промыть в холодной воде.

2. В рис добавить мелко нарубленную куриную печень, шампиньоны, нашинкованную зелень, поперчить и посолить.

3. Приготовленную тушку слегка натереть изнутри солью и начинить полученной массой, равномерно ее распределяя. После этого зашить тушку и жарить на решетке, периодически поворачивая ее и поливая выделившимся соком. Перед подачей на стол полить готовую курицу растопленным сливочным маслом.

Барбекю из курицы по-литовски

• 1 тушка курицы
• 7 баклажанов
• 3 луковицы
• 2 кабачка
• 2 сладких перца
• 2 лимона
• 4 зубчика чеснока
• 150 мл томатного соуса
• 1 пучок сельдерея
• 60 мл винного уксуса
• 60 мл оливкового масла
• Черный молотый перец, соль по вкусу

1. Курицу промыть, разрезать на порционные куски, на кожице сделать надрезы.

2. Из лимонов выжать сок, добавить измельченную цедру, нашинкованный лук, растертый чеснок, винный уксус и хорошо перемешать.

3. Курицу залить полученной смесью и поставить в холодное место на ночь.

4. Баклажаны, кабачки и сладкие перцы помыть, нарезать крупными кубиками, предварительно удалив семена. Выложить их на решетку, сбрызнуть оливковым маслом и жарить до мягкости (приблизительно 20 минут), не забывая переворачивать время от времени.

5. Выложить готовые овощи на блюдо и залить их томатным соусом.

6. Кусочки курицы извлечь из маринада, выложить на решетку и обжаривать с каждой стороны по 5–6 минут. Готовую курицу подать на стол горячей вместе с овощами.

Барбекю из курицы с овощами

• 1 тушка курицы (800 г)
• 4 помидора
• 2 огурца
• 60 мл сметаны
• 40 мл лимонного сока
• По 0,5 пучка зелени укропа, петрушки и базилика
• Красный молотый перец, соль по вкусу

1. Курицу промыть, посолить, поперчить, сбрызнуть лимонным соком, полить сметаной и зажарить на решетке на углях.

2. Овощи помыть и нарезать кусочками.

3. Готовую курицу разрезать на куски, выложить на блюдо и украсить кусочками огурцов, помидоров и нашинкованной зеленью.

Барбекю из курицы с сыром и яблоками

• 1 тушка курицы (800 г)
• 3 кислых яблока
• 2 яйца
• 50 г тертого сыра
• 80 мл молока
• 20 г крахмала
• 1 пучок зелени укропа
• 1 пучок зелени петрушки
• Черный молотый перец, соль по вкусу

1. Курицу промыть, посолить и поперчить.

2. Яблоки помыть, разрезать на половинки, удалить сердцевину и нафаршировать ими тушку.

3. Яйца соединить с молоком, добавить крахмал, тертый сыр, посолить, поперчить и тщательно перемешать.

4. Тушку облить полученным соусом, обсыпать сухарями и зажарить на решетке на углях.

5. Готовую курицу нарезать порционными кусками и посыпать измельченной зеленью укропа и петрушки.

Барбекю из цыпленка по-андалузски

• 1 тушка цыпленка (500 г)
• 2 луковицы
• 4 зубчика чеснока
• 70 г сливочного масла
• 50 мл лимонного сока
• 125 мл сливок
• 125 мл воды
• 6 г кориандра
• 6 г красного молотого перца
• Соль по вкусу

1. Лук и чеснок очистить, мелко нарезать, влить сливки, добавить перец, кориандр и хорошо перемешать.

2. Полученный маринад развести водой, разогреть, не доводя до кипения, и оставить примерно на 20 минут.

3. Тушку цыпленка промыть, разрезать пополам, слегка отбить, натереть солью, залить охлажденным маринадом и

оставить на ночь.

4. Затем положить птицу на решетку и жарить, часто поливая растопленным сливочным маслом и маринадом.

5. Перед подачей на стол полить готового цыпленка смесью из оставшегося маринада, растопленного сливочного масла и лимонного сока.

Барбекю из куриных грудок

• 700 г куриных грудок
• 150 г консервированных сладких перцев
• 1 апельсин
• 4 зубчика чеснока
• 125 мл апельсинового сока
• 30 мл растительного масла
• 1 веточка мяты
• Черный молотый перец, соль по вкусу

1. Куриное мясо промыть, нарезать порционными кусочками, посолить, поперчить, сбрызнуть растительным маслом и апельсиновым соком, добавить мелко нарезанный чеснок и поставить в прохладное место на 30–40 минут.

2. Консервированные сладкие перцы нарезать небольшими квадратиками.

3. Выложить на решетку, смазанную растительным маслом, кусочки куриного мяса и перца и жарить на горячих углях до образования золотистой корочки.

4. Перед подачей на стол барбекю украсить листиками мяты и кружочками апельсина.

Барбекю из рябчика или куропатки

• 1 тушка рябчика или куропатки (500 г)
• 6 клубней картофеля
• 50 мл гранатового сока
• 100 мл воды
• 50 г сливочного масла
• 30 г горчицы
• 1 пучок зелени укропа
• Черный молотый перец, соль по вкусу

1. Птицу ощипать, выпотрошить, промыть и отварить целиком.

2. Готовую тушку извлечь из бульона, выложить на блюдо, посыпать солью и перцем, положить внутрь небольшой кусочек сливочного масла и смазать смесью горчицы с оставшимся

маслом.

3. Поместить подготовленную тушку в пакет из плотной бумаги и влить гранатовый сок, разведенный водой.

4. Картофель очистить, помыть, разрезать на 2 части и выложить в пакет вместе с птицей.

5. Пакет тщательно закрыть, аккуратно закрепить края булавкой или шпажками, поместить на решетку и запекать в течение 30 минут.

6. Готовое барбекю подать на стол с веточками укропа.

Барбекю из утиной печени

• 600 г утиной печени
• 150 г копченой корейки
• 100 мл яблочного сока
• 50 мл белого столового вина
• 1 пучок зелени укропа
• Красный молотый перец, соль по вкусу

1. Утиную печень хорошо промыть, выложить в эмалированную емкость, посолить, поперчить, залить яблочным соком и белым вином и поставить в холодильник на 3 часа.

2. Затем кусочки печени выложить на решетку вперемешку с ломтиками корейки и жарить на углях до готовности, периодически переворачивая и поливая маринадом.

3. Перед подачей на стол барбекю украсить веточками укропа.

Барбекю из рыбы и морепродуктов

Барбекю из белуги

• 1 кг филе белуги
• 3 луковицы
• 50 мл гранатового сока
• 0,5 пучка зелени укропа
• 0,5 пучка зелени петрушки
• Черный молотый перец, соль по вкусу

1. Филе рыбы промыть и нарезать крупными кусками, 2 луковицы – толстыми кольцами.

2. Подготовленные ингредиенты выложить слоями в эмалированную емкость, посыпая каждый из них солью, перцем и мелко нарезанной зеленью петрушки.

3. Мариновать рыбу в течение 2–3 часов. Если же для приготовления барбекю используется мороженая рыба, держать ее в маринаде следует несколько меньше.

4. После этого кусочки рыбы выложить на решетку и жарить на раскаленных углях, периодически сбрызгивая гранатовым соком.

5. Готовую рыбу подать на стол, посыпав измельченной зеленью укропа и нарезанным кольцами луком.

Барбекю из лосося

• 500 г филе лосося
• 1 лимон
• 50 мл лимонного сока
• 30 мл растительного масла
• 1 пучок зелени петрушки
• Белый молотый перец, соль по вкусу

1. Филе лосося промыть, разрезать на порционные куски и выложить в эмалированную емкость.

2. Лимонный сок смешать с растительным маслом, солью и перцем, залить полученным маринадом куски лосося и поставить в холодильник на 2–3 часа.

3. Промаринованные куски лосося выложить на решетку и обжарить с обеих сторон.

4. Готовую рыбу подать на стол, украсив веточками петрушки и нарезанным кружочками лимоном.

Барбекю из камбалы

• 1 кг камбалы
• 3 яблока
• 3 помидора
• 50 мл лимонного сока
• 40 мл растительного масла
• 10 г молотой корицы
• Черный молотый перец, соль по вкусу

1. Рыбу очистить, выпотрошить, промыть и удалить кости.

2. Филе нарезать кусочками шириной 4 см и длиной 5 см, полить лимонным соком, посолить и натереть перцем и корицей.

3. Яблоки разрезать на 2 части и удалить сердцевину. Помидоры нарезать небольшими кусочками.

4. Филе камбалы, яблоки и помидоры выложить на решетку, полить растительным маслом и запекать на углях до готовности.

Барбекю из рыбы с кизиловым соусом

• 1 кг филе речной рыбы
• 200 г ягод кизила
• 50 г сливочного масла
• 2 зубчика чеснока
• 1 пучок зелени петрушки
• Черный молотый перец, соль по вкусу

1. Филе рыбы нарезать кусочками, посолить, поперчить, полить растопленным сливочным маслом и жарить на решетке на раскаленных углях до готовности.

2. Ягоды кизила промыть, отварить в небольшом количестве воды и остудить. Затем протереть сквозь сито, добавить измельченный чеснок, поперчить и хорошо перемешать.

3. Готовую рыбу выложить на блюдо, полить кизиловым соусом и украсить веточками петрушки.

Барбекю из угря

• 500 г угря
• 100 г майонеза
• 50 г каперсов
• 20 мл растительного масла
• 20 мл лимонного сока
• 1 пучок зелени петрушки
• Черный молотый перец, соль по вкусу

1. С угря снять кожу, тщательно промыть, обсушить

полотенцем и разрезать на порционные куски.

2. Каждый кусок смазать растительным маслом, посолить, поперчить, сбрызнуть лимонным соком и жарить на противне на раскаленных углях до готовности.

3. В майонез добавить измельченные каперсы, мелко нарезанную петрушку и тщательно перемешать.

4. Готового угря выложить на блюдо и подать на стол с соусом из майонеза.

Барбекю из трески

• 600 г трески
• 2 сладких красных перца
• 2 луковицы
• 1 лимон
• 150 мл белого сухого вина
• 30 мл томатного соуса
• 30 мл кунжутного масла
• 10 мл лимонного сока
• 1 пучок зелени укропа
• Соль по вкусу

1. Рыбу очистить, выпотрошить, хорошо промыть и удалить кости.

2. Белое вино смешать с лимонным соком, томатным соусом и кунжутным маслом.

3. Сладкие перцы очистить от семян, промыть и нарезать соломкой, лук – кольцами.

4. Треску нарезать небольшими кусочками, залить полученным маринадом и оставить на 1 час.

5. Промаринованные кусочки рыбы аккуратно выложить на решетку вперемешку с луком и сладкими перцами и жарить на раскаленных углях до готовности.

6. Перед подачей на стол украсить готовую треску дольками лимона и измельченной зеленью укропа.

Барбекю из камбалы с овощами

• 800 г камбалы
• 2 луковицы
• 4 сладких перца
• 5 помидоров
• 4 зубчика чеснока
• 50 мл подсолнечного масла
• 60 г муки

• Черный молотый перец, соль по вкусу

1. Лук и сладкие перцы очистить, нарезать кольцами и обжарить на решетке, смазанной подсолнечным маслом.

2. Помидоры помыть, нарезать кружочками, посолить, обвалять в муке и тоже слегка поджарить.

3. Рыбу очистить, хорошо промыть, нарезать порционными кусками, посолить, поперчить, обвалять в муке, а затем также обжарить на решетке.

4. Готовую рыбу подать на стол с овощами.

Барбекю из речной и морской рыбы

• 600 г речной рыбы
• 500 г морской рыбы
• 3 баклажана
• 3 помидора
• 5 клубней картофеля
• 60 мл растительного масла
• 1 пучок зелени петрушки
• 1 пучок зелени укропа
• Красный молотый перец, соль по вкусу

1. Рыбу очистить, выпотрошить, промыть, нарезать порционными кусками, посолить, поперчить и полить растительным маслом.

2. Баклажаны и помидоры нарезать кружочками, картофель – на половинки.

3. Разложить на решетке баклажаны, помидоры, картофель и рыбу и зажарить на углях.

4. Перед подачей на стол украсить блюдо зеленью укропа и петрушки.

Шашлыки

Известно, что жарить мясо на костре люди научились с незапамятных времен. Случилось это, вероятно, когда наши далекие предки овладели секретом добывания огня. На углях охотники готовили любую живность, которую удавалось добыть: крупных зверей, птицу и рыбу. Поначалу дичь запекалась преимущественно, либо на вертеле, либо в яме (мясо засыпалось углями, а сверху поддерживался костер).

Например, в Древней Руси очень любили мясо, приготовленное на вертеле, его называли «верченым». Таким способом жарили гусей, уток, кур, зайцев, поросят и т. д. Подобные блюда обычно подавали на пирах знати и к царскому столу. Впрочем, запеченная на вертеле большая рыба также ценилась на любой трапезе.

Однако традиционно родиной шашлыка принято считать Восток. Именно в восточных странах искусство приготовления мяса над углями совершенствовалось и развивалось, а в итоге шашлык превратился практически в интернациональное блюдо, поскольку постепенно он полюбился людям разных национальностей. Так, в России мы сейчас с трудом можем представить себе весенние майские праздники на даче или в лесу без него.

Считается, что слово «шашлык» произошло от татарского слова «шишлык», что значит «что-то на вертеле». На Востоке существует огромное множество способов замачивания мяса. Традиционно для приготовления маринадов используется много специй и трав. Возможно, поэтому мясо получается необыкновенно ароматным и сочным.

В разных странах шашлык называется по-разному. Например, в Турции он носит название «шиш-кебаб», в Грузии – «мцвади», в Армении – «хоровац», в Азербайджане – «кебаб».

В Японии шашлык в основном готовят из рыбы и морепродуктов, а в Африке предпочитают делать его из субпродуктов.

Естественно, настоящий шашлык невозможно приготовить без дров. Следует знать, что для этого годятся лишь лиственные породы деревьев. Ветки хвойных пород использовать не следует, поскольку при горении они выделяют смолу. В результате мясо может пропитаться неприятным запахом и вкусом. Специалисты также считают, что нежелательно жарить шашлык на углях из осины, акации, ольхи, клена, рябины, вяза, ивы, ясеня или тополя. При горении ветки этих деревьев выделяют особые

канцерогенные вещества, которые вредны для человека. Зато очень хорошо использовать для жарки мяса угли от фруктовых деревьев и виноградной лозы. Шашлык в этом случае получится ароматным и нежным на вкус. Также рекомендуется древесина дуба, липы и березы.

Ветки фруктовых деревьев особенно подходят для приготовления шашлыка из птицы и субпродуктов, а также баранины. Говядина получается вкусной на березовых и липовых углях, а для дичи подойдут почти любые дрова. Древесину для костра обычно заготавливают заранее, обычно осенью, когда в садах дачники спиливают лишние ветви плодовых деревьев. Но можно привести дрова и из леса, в котором много сухостоя. Желательно с веток и поленьев снять кору, поскольку она горит быстрее и уменьшает жар от углей. Естественно, крупные поленья необходимо распилить на более мелкие бруски.

В последнее время готовый уголь можно купить и в магазинах. Это очень удобный вариант, если нет заранее заготовленных дров или в случае поездки на пикник. Ведь невозможно знать заранее, можно ли будет найти в выбранном месте подходящую древесину. Также можно запастись и жидкостью для розжига древесного угля. Она облегчит процесс разведения костра, достаточно сбрызнуть ею уголь и уже через 2 минуты можно зажигать огонь. Помните, что для этих целей нельзя применять бензин или керосин.

Самый важный компонент при приготовлении шашлыка – это мясо. Выбирать следует свежие куски, поскольку блюда из замороженного мяса будут невкусными и жесткими. Такое мясо теряет часть своих питательных веществ. Впрочем, парное мясо также лучше не использовать. Кроме того, специалисты не рекомендуют выбирать жирное мясо. Лучше всего взять у свинины шейку, ошеек, мякоть вдоль хребта. У баранины подходит мякоть задней ноги, почечная и спинная часть туши.

Покупая мясо для шашлыка, надо обратить внимание на его свежесть. Так, свежая свинина должна быть розоватого оттенка, говядина имеет красный цвет, а баранина и телятина – светло-красный. Не стоит покупать мясо с желтым жиром несколько темного оттенка, поскольку из него получиться жесткий шашлык.

Хорошее мясо обычно на вид имеет плотную консистенцию, при надавливании углубление практически сразу исчезает. Жир тоже требует внимания. У говядины он может быть немного желтоватого цвета, у баранины – белого, у свинины – бледно-розового.

Однако шашлык можно готовить не только из традиционных для России видов мяса. Надо сказать, что в последнее время

многие горожане стараются баловать себя такими изысками, как, например, шашлык из косули или кенгуру. В больших городах сейчас несложно купить в супермаркетах мясо на самый избирательный вкус. Впрочем, многие любители дичи покупают его в охотничьих и егерских хозяйствах.

Мясо кабана было пищей человека с древнейших времен – задолго до того, как появились домашние свиньи. Это животное всегда было желанной добычей для охотников, поскольку его было добыть не так просто. Взрослый зверь, даже серьезно раненый, никогда не сдавался без боя. Мясо кабана похоже на свинину, но все же оно не такое жирное, более сухое, ярко-красного цвета и с более насыщенным вкусом. Чаще всего едят молодых кабанчиков, поскольку их мясо мягче и не имеет того неприятного запаха, который обычно имеется у взрослого животного. А традиции разделки и приготовления кабаньего мяса в главном соответствуют свинине, если бы не одна особенность: его следует основательно прожаривать, чтобы не заразиться трихинеллезом. Шашлык из кабанины получается чрезвычайно вкусным, особенно если мясо было правильно замариновано.

В мусульманской кухне весьма распространено употребление мяса верблюда. По питательной ценности и вкусовым качествам верблюжатина не уступает говядине, при этом наиболее ценны туши молодых, хорошо откормленных животных. Его жарят, тушат и варят крупными и мелкими кусками, при чем это мясо быстро уваривается и ужаривается. Шашлык из мяса верблюда на Востоке готовят с незапамятных времен. При этом его предварительно вымачивают в кумысе или сыворотке. В Казахстане его готовят по праздникам, на свадьбу, а также когда семья отмечает рождение ребенка. В Башкирии и Киргизии тоже любят блюда из верблюжатины. Для жарки крупным куском лучше использовать вырезку и тонкий край молодых животных. Для жарки мелкими кусочками (азу, гуляш, бефстроганов) мясо нужно предварительно замариновать в уксусе на 2–3 часа, тогда оно станет более мягким, да и вкус будет лучше. Нередко для маринада используют вино или сок кислых ягод. Верблюжатина считается диетическим продуктом, поскольку в ней нет внутренних прослоек жира. Однако жировой слой в чистом виде имеется в горбовом сале. Его перетапливают и используют в кулинарии и в медицинских целях. В тех странах, где верблюды распространены, этот жир ценится выше бараньего, свиного или говяжьего.

Для многих восточных народов буйвол является в большей степени рабочим животным, а не источником пищи. Так, в Индии его никогда не отправят на мясо, поскольку почитают близким

родственником священной коровы. Однако в некоторых странах Востока из мяса буйвола делают шашлык и рагу. Интересно, что в Лаосе его даже употребляют в сыром виде – тонко нарезанным и с острым соусом. По способам разделки и вкусу оно похоже на говядину, но только менее жирное, поэтому, чтобы не пересушить его при готовке, тонкие куски мяса жарят очень быстро и не прожаривают до конца, а более толстые долго готовят на небольшом огне.

Мясо антилопы считается деликатесом, но только не в Казахстане, Туркменистане и Монголии. Там издавна употребляли в пищу мясо сайгаков и джейранов. Это также весьма распространенное блюдо в Африке: туристы могут без труда попробовать его в Намибии, ЮАР, Камеруне, Кении, Ботсване или на Мадагаскаре. Оно некалорийное и очень нежное на вкус. Очень ценными частями туши считаются вырезка и лопатка: их подчас запекают целиком, обильно посыпав или натерев специями. Мясо этих грациозных животных жарят в виде стейков, из него готовят азу, колбаски, шашлык и барбекю.

На лося наши предки также охотились с древнейших времен. В наскальной живописи первобытных людей археологи отмечают яркие сцены охоты на крупных зверей. Лось жил в лесах Европы с незапамятных времен, это очень крупное животное весом до 400 кг. Самым вкусным считается мясо молодых самок (от 1,5 до 3 лет). В пищу оно пригодно только осенью и в начале зимы: после периода холодов мясо похудевших животных длительное время еще остается волокнистым и жестким. Для того чтобы сохранить лосятину, зимой ее замораживают, подвесив части туши на несколько часов на холодном воздухе, а осенью или летом – засаливают. Сейчас мясо лося можно купить в охотничьих хозяйствах, а иногда и в магазинах. Разделка туши животного напоминает разделку говядины, а самыми вкусными частями считаются вырезка, толстый край и губы. Но в пищу пригодны и другие части туши: печень, сердце, почки, желудок и легкие, даже голова и кишки животного. Перед приготовлением лосятину выдерживают в травах и ягодах и маринуют под гнетом, только после этого его можно жарить, печь, коптить или варить.

Сейчас мясо зайца в России считается деликатесом. Позволить себе шашлык из зайчатины могут, пожалуй, лишь охотники, их родные и друзья. Интересно, что раньше – в Древней Руси – мясо зайца считалось нечистым, его не употребляли в пищу. Однако соседние народности, например чуваши, марийцы, мордва и удмурты, с удовольствием употребляли зайчатину. В XIX веке зайцы (как беляки, так и более вкусные русаки) приобрели статус праздничного русского блюда: из их мяса

готовили фарш, добавляли в него яйца, хлеб, травы и специи, а затем запекали в формах. Зайчатина – это нежирное мясо, поэтому ее часто шпиговали салом. По вкусу она похожа на мясо кролика, но она несколько жестче, имеет более выраженный аромат и более темный цвет, а тушки зайцев несколько крупнее. Перед тем как жарить зайчатину, принято вымачивать ее в течение 10–12 часов в растворе уксуса, вина, молочной сыворотке или клюквенном соке.

Мясо кролика во многих странах считается диетическим, в нем мало холестерина, зато много белка. Однако надо правильно уметь выбирать его: тушка молодого зверька должна быть бело-розовой, довольно упругой, весом меньше 1 кг (если больше – мясо будет жесткое). В России с давних пор кроликов разводят в подворьях и на фермах. Наши соседи также охотятся на них: мясо диких кроликов достаточно популярно на юге Украины. Его варят, жарят, тушат, делают из него паштет, фарш и рагу. Прежде чем готовить кролика, его тушку надо вымочить в холодной воде в течение 7–8 часов, несколько раз меняя ее. Следует также знать, что задняя часть тушки содержит меньше соединительной ткани, поэтому она пригодна для жарки, а переднюю желательно отварить, потушить или приготовить из нее рагу либо фарш. Кроме того, ее можно запечь целиком в фольге, закопав в угли. Из фарша или рубленых кусочков мяса кролика можно приготовить котлеты и биточки. Их также можно запекать над углями. Шашлык из кролика – это действительно настоящий деликатес.

Надо сказать, что мясо лошадей редко используется для приготовления шашлыков. Но так дело обстоит в России. Конина для россиян – непривычное блюдо. У разных народов сложилось различное отношение к этому мясу. Так, евреи считают его нечистым и не употребляют в пищу, а японцы, наоборот, почитают редким деликатесом. Известно, что для кочевых монгольских и тюркских народов в течение многих столетий конина была основным источником мяса. Конина – достаточно жесткое мясо, поэтому в пищу идут в основном туши молодых особей 2–3-летнего возраста. Разделка конской туши проходит аналогично разделке тушам говядины или телятины. В Монголии или Казахстане обычно мясо лошади сначала маринуют или коптят, а потом уже жарят. Если готовить конину около 2 часов, она становится мягкой. Грамотно приготовленное мясо напоминает по вкусу говядину, разве что немного постнее и имеет сладковатый привкус. Из конины делают домашние колбаски, которые потом можно запекать над углями.

Мясо козы человек употребляет в пищу с древних времен. Это животное было одомашнено нашими предками очень и очень

давно. Козлятина достаточно популярна во многих странах, ее очень любят в Северной Африке, на Карибских островах и на Среднем Востоке. Впрочем, в России мясо козы тоже употребляется в пищу, ведь во многих подворьях хозяева наравне с коровами держат и коз. Чаще всего в пищу идет мясо молодых животных. Поскольку мясо козы не слишком жирное, следует знать некоторые секреты, которые позволяют сделать его вкусным. Нежное розовое мясо молодых особей вымачивают в маринаде (кефире, минеральной воде или сыворотке) и жарят на гриле либо шампурах, а темно-красное мясо взрослых и диких коз – жесткое, но с более насыщенным вкусом – нужно долго готовить.

Мясо косули издавна считалось изысканным кушаньем. На это животное на территории нашей страны охотились на протяжении многих веков. Ценилось не только его мясо, но и рога и шкура. Одно из ценных свойств косули заключается в том, что во время гона (в июле и августе) вкус ее мяса не меняется к худшему, а это значительная редкость, поскольку, как правило, дикие животные в этот период абсолютно несъедобны. В большинстве восточных странах мясо косули – это известный деликатес, так же как и мясо ее близкой родственницы – лани (оно жестковато, поэтому необходимо его предварительно вымачивать и мариновать). Разделка туши косули такая же, как при разделке баранины или козлятины. Самой вкусной частью туши считается окорок.

Оленина также считается достаточно вкусным мясом. Она несколько напоминает говядину. Охота на оленей была распространена на севере Азии и Европы. А народы Крайнего Севера разводят их, поэтому именно оленина является основным источником мяса в этих широтах. Туша взрослого животного весит от 200 до 300 кг, и разделывают ее обычно так же, как и говядину. Наиболее ценной частью считается вырезка. Перед приготовлением мясо оленя следует выдержать в маринаде из вина, трав, ягод и специй. Оленина больше подходит для тушения, потому что ее достаточно легко пересушить. Дело в том, что в этом мясе мало жира, поэтому при жарке на углях ее надо постоянно поливать маслом. Хотя правильно приготовленный шашлык из оленины – это превосходное блюдо. Широко известен изысканный вкус оленьего языка и костного мозга. Например, язык надо варить 3–4 часа в кипятке с пряностями, затем на 5 минут опустить в холодную воду, быстро снять кожу и нарезать. Печень, сердце и почки оленя тоже являются очень вкусными мясными продуктами. Их можно жарить на углях, предварительно замариновав.

На севере России, в Сибири мясо медведя использовалось в пищу еще с каменного века. Медвежатина – весьма своеобразное мясо, оно не всем приходится по вкусу. Причина этого кроется в том, что медвежий жир имеет не очень приятный запах, поэтому перед приготовлением следует осторожно срезать его с мяса. Чтобы медвежатина стала мягкой, сочной и приобрела приятный вкус, ее заранее надо вымачивать в маринаде из вина, клюквенного сока, специй и трав в течение 6 дней, если куски большие, и не менее 12–15 часов, если мясо нарезано маленькими ломтиками. Для жарки на углях чаще всего берут мякоть окорока, а также спинную и поясничную часть туши. Самым же деликатесным куском считаются лапы медведя, их обычно запекают в духовке или в углях (в фольге) с салом, чесноком и перцем.

Мясо осла употребляют в пищу далеко не везде, в некоторых регионах это животное используют как рабочую силу, а в других считают нечистым животным. Однако у некоторых народов – корейцев, вьетнамцев, китайцев, коми и некоторых народностей Африки и Южной Америки – оно считается вкусным и полезным. Так, китайцы умеют очень хорошо готовить это мясо. В Китае весьма распространено такое блюдо, как маленькие и полупрозрачные кусочки ослиного мяса. Оно пользуется там большой любовью, местное население знает множество способов его приготовления. Впрочем, также известно, что мясо осла весьма часто бывает и на рынках России. Казус заключается в том, что продается оно доверчивым покупателям чаще всего под видом телятины или говядины. Однако грамотно приготовленное мясо осла, как правило, достаточно вкусное. Из него можно готовить шашлык, барбекю, азу и рагу. Но следует знать, что ослятина нуждается в предварительном замачивании.

Мясо яка отличается весьма изысканным вкусом. Это животное распространено на Тибете, в некоторых районах Памира, а также в Северной Америке. Яки являются дальними родственниками коров, но мясо у них нежнее. У этого животного жир расположен главным образом по краю туши, а само мясо весьма постное. Лучше всего готовить его на гриле (на не очень горячих углях) до состояния средней степени прожаренности. Из мяса яка также получается вкусный шашлык, но перед жареньем его следует 2–3 часа мариновать в вине или соке кислых ягод.

Еще недавно мясо кенгуру в России считалось абсолютной экзотикой. Но сейчас времена изменились. И теперь оно стало ценным экспортным продуктом, его в больших количествах закупают Германия, Франция, Бельгия и Австрия, а самым крупным импортером этого мяса с недавних пор стала и наша

страна (на Россию приходится треть мировых поставок). Кенгуру обитает только в Австралии и Новой Гвинее, местные жители употребляют мясо этого животного в пищу уже несколько тысяч лет. Оно довольно диетическое, имеет твердую консистенцию и практически не содержит жир, поэтому, чтобы оно получилось мягким и сочным, надо уметь его готовить. При запекании и жаренье мясо следует постоянно поливать водой и растительным маслом.

Китовое мясо сейчас тоже считается деликатесом. Хотя еще в начале прошлого века в северных странах оно ценилось значительно ниже свинины или говядины. Охота на этих морских животных издавна была традиционным занятием многих северных народов – скандинавов, японцев, алеутов, гренландцев, камчадалов, чукчей и эвенков. В осенние месяцы они заготавливали китовое мясо, вялили, заливали жиром, солили или замораживали, а в результате оно могло храниться практически 1 год. С 1980-х годов китов запрещено добывать в пищевых целях, поскольку европейские и американские охотники на китов ради их жира и мяса за последние 2 века истребили большую часть поголовья этих животных. Некоммерческая добыча китов разрешена сейчас разве что малым народам Крайнего Севера. Мясо кита имеет специфический запах, поэтому перед готовкой его следует вымочить вхолодной подсоленной воде. Перед жареньем желательно замариновать куски в уксусе, вине или цитрусовом соке.

В последние годы в России появилась мода на лягушачьи лапки. Традиционно их едят не только во Франции, но и в Японии, Китае и Индонезии. В настоящее время этот деликатес распространился по всему миру, включая Россию и США. По вкусу мясо лягушки напоминает мясо курицы. Оно бывает 2 сортов в зависимости от разделки – на уровне живота (только задние лапки) или на уровне шейки (ноги и спина). Понятно, что в пищу пригодна не любая лягушка, а только некоторые виды, которые чаще всего выращиваются на специальных фермах. Обычно лягушачьи лапки в продаже бывают замороженными. Их рекомендуется быстро обжаривать на гриле или сковороде, однако стоит быть осторожным: если немного передержать, мясо станет жестким. Жарить лягушачьи лапки лучше всего на деревянных шпажках. При этом их надо обильно поливать водой или маринадом.

Способ приготовления тоже имеет значение. К каждому типу мяса нужен свой особенный подход. Если оно заранее не мариновалось, то свинину, например, нужно смазать растопленным сливочным маслом, обжарить сначала при более

высокой температуре (не более 5 минут), затем уменьшить огонь и готовить еще 10–15 минут. Баранину нужно тоже смазать сливочным маслом и жарить 5–6 минут при высокой температуре, а потом приблизительно 8 минут – на небольшом огне. С говядиной следует поступить практически таким же образом, но после уменьшения температуры жарить надо примерно 10 минут.

Печень следует очистить от пленок и прожилок, смазать сливочным маслом и жарить при высокой температуре 3 минуты, а затем при пониженной – еще 4 минуты.

Птицу и рыбу не следует жарить при слишком высокой температуре. Эти продукты должны быть исключительно свежими. После размораживания их нельзя использовать для шашлыка. Что же касается маринадов для шашлыка, рецептов их приготовления существует великое множество. В каждой стране, у каждого народа есть свои секреты. В этой главе вы найдете очень интересные варианты. Но, как и при приготовлении барбекю, стоит экспериментировать и пробовать новые необычные рецепты. Как говорится, «нет предела совершенству».

Шашлыки из мяса и мясопродуктов

Шашлык из говядины по-алтайски

• 2 кг говядины
• 6 луковиц
• 40 г томатной пасты
• 50 мл лимонного сока
• 50 мл белого сухого вина
• 30 мл столового уксуса
• 12 лавровых листьев
• 2 ч. л. душистого перца горошком
• Красный молотый перец, соль по вкусу

1. Мясо нарезать небольшими кусочками, посолить, поперчить.

2. Лук нарезать кольцами.

3. В эмалированную емкость выложить мясо, душистый перец, лавровый лист и лук таким образом, чтобы верхними слоями были лук и лавровый лист.

4. Затем добавить томатную пасту, сбрызнуть уксусом, накрыть крышкой, сверху поместить груз и поставить в холодное место на 1 сутки.

5. После этого образовавшийся сок слить, мясо с луком переложить в другую емкость, залить вином, смешанным с лимонным соком, и мариновать еще 3 часа.

6. Подготовленное мясо нанизать на шампуры и жарить на углях.

Шашлык из телятины с айраном

• 2 кг телятины
• 7 луковиц
• 1 л айрана
• 5 г специй
• Черный молотый перец, соль по вкусу

1. Мясо нарезать небольшими кусочками, лук – кольцами.

2. Подготовленные ингредиенты соединить, посолить, пересыпать специями, залить айраном, тщательно перемешать, накрыть крышкой, сверху поместить груз и поставить в холодное место на 12 часов.

3. Затем телятину нанизать на шампуры, чередуя с луком, и жарить на углях.

Шашлык из телятины с картофелем

• 1,5 кг телятины
• 5 клубней картофеля
• 3 луковицы
• 180 г копченого сала
• 30 мл яблочного уксуса
• 50 мл красного сухого вина
• Черный молотый перец, соль по вкусу

1. Телятину нарезать небольшими кусочками, отбить, посолить, поперчить, выложить в эмалированную емкость, сбрызнуть уксусом и поставить в холодное место на 10 часов.

2. Копченое сало нарезать небольшими квадратиками, картофель – кружками, лук – тонкими кольцами.

3. Подготовленное мясо нанизать на шампуры, чередуя с салом, картофелем и луком, и жарить на углях примерно 20 минут, периодически сбрызгивая вином.

Шашлык из говядины с персиками

• 1,5 кг говядины
• 5 персиков
• 2 головки чеснока
• 60 г оливок без косточек
• 200 мл шашлычного соуса
• 40 мл виноградного сока
• 40 мл растительного масла
• Соль по вкусу

1. Персики помыть, разрезать на половинки, удалить косточку и нарезать небольшими кубиками.

2. Чеснок очистить, растолочь и смешать с виноградным соком и шашлычным соусом.

3. Говядину нарезать маленькими кусочками, залить полученным маринадом, накрыть крышкой, сверху поместить небольшой груз и оставить на 4 часа.

4. Подготовленное мясо нанизать на шампуры, чередуя его с кусочками персика и оливками, сбрызнуть растительным маслом и жарить на углях. Перед подачей на стол посолить.

Шашлык из телятины по-гречески

• 1,5 кг телятины
• 1 кг молодого картофеля
• 1 лимон

• 2 стручка острого перца
• 60 мл лимонного сока
• 150 мл томатного соуса
• 130 мл красного сухого вина
• 80 мл оливкового масла
• 15 г сахара
• 6 г кориандра
• 7 звездочек гвоздики
• 8 г красного молотого перца
• Соль по вкусу

1. Томатный соус смешать с вином, поставить на огонь и нагреть, не доводя до кипения, после чего добавить сахар, кориандр, гвоздику и острый перец.

2. Телятину нарезать небольшими кусочками, залить теплой смесью и поставить в холодильник на 6 часов.

3. Клубни картофеля очистить, разрезать на половинки, сбрызнуть оливковым маслом, посолить, поперчить и поставить в холодное место на 3 часа.

4. Телятину и картофель нанизать на шампуры и готовить на углях. Мясо время от времени следует сбрызгивать лимонным соком.

5. К готовому шашлыку подать картофель и слегка обжаренные на углях кусочки лимона.

Шашлык из телятины с языком

• 1,5 кг телятины
• 500 г отварного говяжьего языка
• 300 г сала
• 3 луковицы
• 70 мл лимонного сока
• 100 мл белого сухого вина
• 0,5 пучка зелени петрушки
• Черный молотый перец, соль по вкусу

1. Телятину нарезать небольшими длинными кусками, смешать с нарезанным кольцами луком, измельченной зеленью, вином, лимонным соком, посолить, поперчить и оставить на 5 часов.

2. Подготовленные куски мяса обернуть ломтиками сала и отварного языка, нанизать на шампуры и жарить на углях примерно 30 минут.

Шашлык из телятины по-румынски

• 1,5 кг телятины
• 300 г сала
• 6 зубчиков чеснока
• 50 мл лимонного сока
• Черный молотый перец, соль по вкусу

1. Телятину нарезать небольшими кусочками (45–50 г), отбить, посолить, поперчить, натереть толченым чесноком, сбрызнуть лимонным соком и поставить в холодное место на 9 часов.

2. Подготовленные кусочки мяса завернуть в ломтики сала, нанизать на шампуры и жарить на углях, периодически сбрызгивая лимонным соком.

Шашлык из говядины с райхоном

• 1,5 кг говядины
• 40 мл растительного масла
• 70 мл лимонного сока
• 1 пучок райхона
• Черный молотый перец, соль по вкусу

1. Мясо промыть и нарезать небольшими кусочками.

2. Райхон измельчить в блендере с растительным маслом и лимонным соком, посолить, поперчить и хорошо перемешать.

3. Полученным маринадом залить мясо и поставить в холодное место на 12 часов, после чего нанизать на шампуры и жарить на углях.

Шашлык из говядины с яблоками и помидорами

• 1,5 кг говядины
• 5 сладких перцев
• 4 луковицы
• 4 помидора
• 2 яблока
• 2 яйца
• 60 мл коньяка
• 50 мл соевого соуса
• 40 г крахмала
• 1 бульонный кубик
• Черный молотый перец, соль по вкусу

1. Говядину и сладкие перцы нарезать кусочками, лук – кольцами, помидоры и яблоки – кружочками.

2. Мясо, лук, помидоры и яблоки выложить в эмалированную емкость, залить соевым соусом и коньяком, посыпать

растолченным бульонным кубиком, посолить, поперчить, добавить взбитое с крахмалом яйцо, тщательно перемешать и поставить в холодное место на 4 часа.

3. Подготовленное мясо нанизать на шампуры, чередуя с перцем, луком и помидорами, и жарить на углях.

Шашлык из телячьей печени

• 1 кг телячьей печени
• 500 г курдючного сала
• По 1 пучку зеленого лука, зелени петрушки и укропа
• Соль по вкусу

1. Печень хорошо промыть, нарезать небольшими кубиками, курдючное сало – маленькими квадратиками.

2. Подготовленную печень нанизать на шампуры, чередуя с салом, и готовить на углях, периодически поливая подсоленной водой (1 ч. л. соли на 100 мл воды).

3. Готовый шашлык посыпать мелко нарезанной зеленью и подать на стол.

Шашлык из говяжьего сердца

• 1 кг говяжьего сердца
• 2 сладких перца
• 2 стручка острого перца
• 2 луковицы
• 4 зубчика чеснока
• 120 мл оливкового масла
• 50 мл столового уксуса
• 50 мл лимонного сока
• Черный молотый перец, соль по вкусу

1. Чеснок очистить и истолочь, острый перец измельчить, сладкие перцы мелко нарезать. Все перемешать, залить 20 мл уксуса и посолить.

2. Говяжье сердце нарезать кубиками, залить полученным маринадом и поставить в холодное место на 12 часов.

3. Лук мелко нарезать, добавить оливковое масло, лимонный сок, оставшийся уксус и хорошо перемешать.

4. Подготовленное мясо нанизать на деревянные шпажки, обжарить на углях и подать на стол, полив луковым соусом.

Шашлык из говядины с гранатовым соком

• 1,5 кг говядины

• 6 луковиц
• 400 мл гранатового сока
• Черный молотый перец, соль по вкусу

1. Говядину промыть, нарезать небольшими кусочками, посолить, поперчить, смешать с нарезанным кольцами луком, залить гранатовым соком и поставить в холодное место на 6 часов.

2. Подготовленное мясо нанизать на шампуры и жарить на углях.

Шашлык из телятины с баклажанами

• 1,5 кг телятины
• 3 баклажана
• 4 луковицы
• 40 мл растительного масла
• 6 г красного молотого перца
• Черный молотый перец, соль по вкусу

1. Растительное масло тщательно растереть с перцем.

2. Телятину промыть, нарезать небольшими кусочками, смешать с приготовленным маринадом и поставить в холодное место на 4 часа.

3. Баклажаны очистить и нарезать кружками, лук – кольцами.

4. Куски мяса нанизать на шампуры, чередуя с луком и баклажанами, сбрызнуть оставшимся маринадом и жарить на углях.

5. Готовое блюдо посолить, поперчить и подать на стол.

Шашлык из телятины с имбирем

• 1,5 кг телятины
• 6 зубчиков чеснока
• 40 мл томатного соуса
• 40 мл соуса чили
• 40 мл аджики
• 20 мл кунжутного масла
• 30 г тертого корня имбиря
• Соль по вкусу

1. Аджику соединить с томатным соусом, добавить соус чили, кунжутное масло, тертый чеснок и корень имбиря и хорошо перемешать.

2. Мясо нарезать небольшими кусочками, залить маринадом и поставить в холодильник на 12 часов, после чего нанизать на шампуры и жарить на углях.

Шашлык из телячьих почек и печени с помидорами

• 500 г телячьих почек
• 600 г телячьей печени
• 4 луковицы
• 6 помидоров
• 400 мл красного сухого вина
• 50 мл растительного масла
• Черный молотый перец, соль по вкусу

1. Почки и печень нарезать небольшими кусочками, выложить в эмалированную кастрюлю, залить вином и оставить на 2 часа.

2. Лук нарезать кольцами, помидоры – дольками.

3. Маринованные почки и печень обсушить, нанизать на шампуры, чередуя с луком и помидорами, смазать растительным маслом и жарить на горячих углях.

4. Перед подачей на стол шашлык посолить и поперчить.

Шашлык из говяжьей печени по-прованси

• 1 кг говяжьей печени
• 7 помидоров
• 150 г свиного сала
• 120 г майонеза
• 25 г измельченной зелени базилика

1. Печень нарезать небольшими кусочками, смешать с измельченным базиликом и майонезом и оставить на 3 часа.

2. Помидоры помыть и нарезать кружочками, сало – длинными полосками.

3. Маринованную печень обернуть кусочками свиного сала, нанизать на шампуры, чередуя с помидорами, и жарить на углях.

Шашлык из говядины с виноградным соком

• 1,5 кг говядины (с косточкой)
• 40 мл растительного масла
• 200 мл виноградного сока
• 50 мл коньяка
• Черный молотый перец, соль по вкусу

1. Растительное масло соединить с виноградным соком, влить коньяк и хорошо перемешать.

2. Говядину нарезать таким образом, чтобы в каждом кусочке было по косточке, выложить в эмалированную емкость, посолить, поперчить, залить приготовленным маринадом, перемешать и поставить в холодильник на 7 часов.

3. Мясо нанизать на шампуры и жарить на углях.

Шашлык из телятины по-грузински

• 1,5 кг телятины
• 8 помидоров
• 50 мл растительного масла
• 30 мл аджики
• 20 г измельченной зелени укропа
• Черный молотый перец, соль по вкусу

1. Мясо промыть, нарезать крупными кусками, надеть на шампур, смазать растительным маслом и жарить на углях, постоянно переворачивая.

2. Готовое мясо нарезать кусками поперек волокон немного наискосок, выложить на блюдо, посолить, поперчить и смазать аджикой.

3. Отдельно подать зелень и немного подпеченные над углями помидоры, после чего сняв с них кожицу.

Шашлык из свинины с сухим вином

• 2 кг свинины с салом по краю
• 7 луковиц
• 1 лимон
• 450 мл белого сухого вина
• 100 мл столового уксуса
• Сахар, черный молотый перец, соль по вкусу

1. Мясо отделить от сала и нарезать небольшими кусочками, таким же образом измельчить сало.

2. Лук очистить и нарезать кольцами, лимон – дольками.

3. Подготовленные ингредиенты выложить в эмалированную емкость, добавить сахар, посолить, поперчить, залить уксусом и вином, тщательно перемешать, накрыть крышкой, сверху поместить небольшой груз и оставить на 6 часов.

4. Готовое мясо плотно нанизать на шампуры, чередуя с луком, салом и дольками лимона, и жарить на углях.

Шашлык из говядины и свинины

• 600 г говядины
• 600 г свинины
• 150 г копченого сала
• 4 луковицы
• 400 мл воды

• Черный молотый перец, соль по вкусу

1. Мясо нарезать кусочками, отбить и поперчить. Сало нарезать ломтиками, лук – кольцами.

2. Подготовленные ингредиенты соединить, посолить и перемешать.

3. Мясо нанизать на шампуры, чередуя с салом и луком, и готовить на углях, сбрызгивая водой.

Шашлык из свинины по-македонски

• 2 кг свинины (шейка или лопатка)
• 10 помидоров
• 6 луковиц
• 250 мл яблочного сока
• 3 звездочки гвоздики
• По 1 пучку зелени петрушки, укропа и базилика
• Черный молотый перец, соль по вкусу

1. Свинину промыть и нарезать порционными кусками.

2. Лук нарезать кольцами, зелень измельчить, добавить гвоздику, посолить, поперчить, залить яблочным соком и хорошо перемешать.

3. Мясо выложить в эмалированную кастрюлю, залить полученным маринадом, накрыть крышкой, сверху поместить небольшой груз и оставить на 4 часа.

4. Готовую свинину нанизать на шампуры, чередуя с нарезанными кружками помидорами, таким образом, чтобы во время жарки расстояние между мясом и углями равнялось 3–4 см, и жарить до готовности, периодически сбрызгивая водой.

Шашлык из свинины с апельсинами

• 1,5 кг свинины
• 3 апельсина
• 450 г бекона
• 400 г сливы
• 200 мл апельсинового сока
• Соль и специи (тимьян, кориандр, зира, сельдерей) по вкусу

1. Мякоть свинины промыть, немного отбить, посолить, пересыпать специями, положить на нее ломтики бекона, кружочки апельсинов и свернуть.

2. Полученный рулет нарезать кусками шириной 5–7 см и нанизать поперек на шампуры, чередуя со сливами, предварительно удалив из них косточки, и жарить на углях.

3. Готовый шашлык полить апельсиновым соком и подать на

стол.

Шашлык из свинины с ромом

• 1,5 кг свинины (вырезка)
• 5 луковиц
• 100 мл рома
• 200 мл воды
• 160 г майонеза
• Соль и специи по вкусу

1. Свинину нарезать небольшими кусочками, лук – крупными кольцами.

2. Мясо и лук выложить в эмалированную емкость, посолить, пересыпать специями, залить ромом и водой.

3. Через 2 часа добавить майонез и оставить свинину еще на 1 час.

4. Подготовленное мясо нанизать на шампуры, чередуя его с луком, и жарить на углях до готовности.

Шашлык на свиных ребрах с лимонным соком

• 2 кг свиных ребрышек с мякотью
• 3 луковицы
• 200 г майонеза
• 120 мл лимонного сока
• Черный молотый перец, соль по вкусу

1. Мясо промыть, разрезать на куски так, чтобы в каждом из них было по 2–3 ребра (чтобы оно лучше держалось на шампурах).

2. Лук нарезать кольцами, добавить лимонный сок, майонез, посолить, поперчить и хорошо перемешать.

3. Ребрышки выложить в эмалированную емкость, залить полученным маринадом, накрыть крышкой, сверху поместить небольшой груз и оставить на 2 часа.

4. Подготовленное мясо нанизать на шампуры и жарить на углях.

Шашлык из свинины по-корейски

• 1,5 кг свинины
• 4 огурца
• 100 г коричневого сахара
• 100 мл вишневого сока
• 100 мл соевого соуса

• 100 мл устричного соуса
• 70 мл оливкового масла
• 12 г морской соли

1. Свинину хорошо промыть и нарезать крупными кусками.

2. Сахар растворить в 5 ст. л. теплой воды, добавить вишневый сок, соевый и устричный соусы, оливковое масло и морскую соль, тщательно перемешать, залить полученным маринадом мясо и поставить в холодильник на 12 часов.

3. Куски свинины нанизать на шампуры и жарить на углях, периодически сбрызгивая остатками маринадом.

4. Готовое мясо снять с шампуров, нарезать кусочками и выложить на блюдо вместе с ломтиками огурцов.

Шашлык из свинины с минеральной водой

• 1,5 кг свинины
• 6 луковиц
• 400 мл минеральной воды
• 30 мл растительного масла
• Соль и специи по вкусу

1. Свинину нарезать кусочками, лук – кольцами.

2. Мясо выложить в емкость, смешать с луком, посыпать специями, посолить, перемешать и залить минеральной водой так, чтобы она немного его накрывала.

3. Через 4 часа сбрызнуть мясо растительным маслом и оставить еще на 1 час.

4. Подготовленное мясо нанизать на шампуры и жарить на углях.

Шашлык из свинины с майонезом и пивом

• 1,5 кг свинины
• 8 луковиц
• 180 г томатного соуса
• 200 г майонеза
• 400 мл светлого пива
• Черный молотый перец, соль по вкусу

1. Свинину нарезать небольшими кусочками, выложить в эмалированную емкость, смешать с измельченным луком, посолить, поперчить, залить майонезом, тщательно перемешать и поставить в холодное место на 4 часа.

2. Затем влить светлое пиво, перемешать и дать постоять 25–30 минут.

3. Мясо нанизать на шампуры и жарить на углях.

4. Маринованный лук обжарить, смешать с майонезом, томатным соусом и подать на стол вместе с готовым шашлыком.

Шашлык из свинины с сельдереем

• 1,5 кг свинины
• 2 пучка зелени сельдерея
• 400 мл белого сухого вина
• Черный молотый перец, соль по вкусу

1. Свинину промыть и нарезать небольшими кусочками.

2. Зелень сельдерея измельчить в блендере с вином, посолить, поперчить и хорошо перемешать.

3. Полученным маринадом залить мясо и поставить в холодильник на 6 часов, после чего нанизать на шампуры и жарить на углях.

Шашлык из свинины с тыквенным соком

• 1,5 кг свинины
• 500 мл тыквенного сока
• Черный молотый перец, соль по вкусу

1. Свинину промыть, нарезать небольшими кусками, выложить в эмалированную емкость, залить тыквенным соком, посолить, поперчить и поставить в холодное место на 12 часов.

2. После этого нанизать мясо на шампуры и жарить на углях в течение 45–50 минут.

Шашлык из свинины с луком

• 1,5 кг свинины
• 7 луковиц
• Соль и специи по вкусу

1. Свинину промыть и нарезать небольшими кусочками, лук мелко нарезать.

2. В эмалированную емкость слоями выложить измельченный лук, специи, соль и свинину. Последний слой лука должен быть такой толщины, чтобы не было видно мяса.

3. Свинину можно нанизывать на шампуры и жарить на углях уже через 30–35 минут, но время маринования можно и увеличить.

Шашлык из свинины с ароматными специями

• 1,5 кг свинины

• 1 лимон
• 25 мл подсолнечного масла
• 4 г молотого тмина
• 5 г кориандра
• 4 г красного молотого перца
• 4 г черного молотого перца
• 4 г молотой корицы
• 7 г молотого мускатного ореха
• 15 г тертого корня сухого имбиря
• 3 измельченных лавровых листа
• 20 г измельченной зелени базилика
• Соль по вкусу

1. Все специи, указанные в рецепте, смешать с подсолнечным маслом и нашинкованной зеленью базилика.

2. Свинину нарезать небольшими кусочками, положить в эмалированную емкость, залить полученным маринадом, накрыть крышкой, сверху положить небольшой груз и поставить в холодильник на 11–12 часов.

3. После этого мясо нанизать на шампуры и зажарить над углями. Готовый шашлык украсить ломтиками лимона и подать на стол.

Шашлык из баранины с чесноком, луком и зеленью

• 2 кг баранины (мякоть)
• 7 луковиц
• 1 головка чеснока
• 80 мл лимонного сока
• По 1 пучку зелени петрушки, укропа, зеленого лука, эстрагон, базилика
• Красный и черный молотый перец, соль по вкусу

1. Баранину нарезать небольшими кусочками, посолить, поперчить, выложить в эмалированную емкость, смешать с измельченным луком и тертым чесноком, сбрызнуть лимонным соком и поставить в холодильник на 12–14 часов.

2. После этого мясо нанизать на шампуры и жарить на углях.

3. Готовый шашлык посыпать измельченной зеленью и подать на стол.

Шашлык из баранины с помидорами

• 1,5 кг баранины (мякоть задней ноги)
• 7 луковиц
• 6 помидоров

• 1 лимон
• 120 г курдючного сала
• 23 г соуса ткемали
• 200 мл воды
• 20 мл столового уксуса
• 2 пучка зелени петрушки
• 15 г сушеного барбариса
• Черный молотый перец, соль по вкусу

1. Лук нарезать кольцами и смешать с уксусом и водой.

2. Баранину промыть и нарезать небольшими кусочками, посолить, поперчить, выложить в эмалированную емкость, залить маринадом, накрыть крышкой, сверху придавить небольшим грузом и поставить в холодильник на 5 часов.

3. После этого мясо нанизать на шампуры, чередуя с луком, смазать растопленным курдючным салом и жарить на углях примерно 12–17 минут.

4. Готовый шашлык посыпать измельченным барбарисом, украсить кружками лимона и помидоров.

5. Отдельно подать зелень петрушки и соус ткемали.

Шашлык из баранины с газированной водой

• 1,5 кг баранины
• 6 луковиц
• 1 пучок зелени базилика
• 300 мл газированной воды
• Красный и черный молотый перец, соль по вкусу

1. Баранину промыть и нарезать небольшими кусочками. Лук очистить и нашинковать. Зелень промыть и нарубить.

2. Мясо натереть перцем, выложить в эмалированную емкость, смешать с луком и базиликом, залить минеральной водой и поставить на 12 часов в холодное место.

3. Подготовленное мясо нанизать на шампуры, посолить и жарить на углях до готовности.

Шашлык из баранины по-казахски

• 2 кг баранины (грудинка)
• 7 луковиц
• 8 зубчиков чеснока
• Соль по вкусу

1. Грудинку разрубить вдоль ребер крупными кусками шириной 12–14 см, нанизать на шампуры и слегка обжарить на углях.

2. Лук измельчить, добавить натертый на терке чеснок и хорошо перемешать.

3. Мясо снять с мангала, натереть полученной смесью, снова нанизать на шампуры и жарить до готовности. Перед подачей на стол шашлык снять с шампуров и нарезать небольшими ломтиками.

Шашлык из баранины с соком алычи

• 2 кг баранины
• 220 мл белого сухого вина
• 200 мл сока алычи
• Черный молотый перец, соль по вкусу

1. Баранину нарезать маленькими кусочками, посолить, поперчить, залить вином, соком алычи и поставить в холодное место на 7 часов.

2. Маринованное мясо нанизать на шампуры и жарить на углях до готовности.

Шашлык из баранины с кефиром и яблочным соком

• 2 кг баранины
• 200 мл яблочного сока
• 4 зубчика чеснока
• 1 л кефира
• 160 мл шашлычного соуса
• Соль и специи по вкусу

1. Баранину нарезать средними кусочками, залить кефиром и оставить на 2 часа.

2. После этого жидкость слить, мясо посолить, посыпать специями, смешать с измельченным чесноком и поставить в холодильник на 4 часа.

3. Потом добавить яблочный сок и снова поставить в холодильник на 2 часа. Подготовленную баранину нанизать на шампуры и жарить на углях.

4. Готовый шашлык подать на стол с шашлычным соусом.

Шашлык из баранины по-башкирски

• 2 кг баранины (мякоть задней ноги)
• 7 луковиц
• 250 мл виноградного сока
• 1 пучок зелени укропа
• Соль и специи по вкусу

1. Баранину нарезать небольшими кусочками, посолить и посыпать специями.

2. Лук очистить и нарезать кольцами.

3. Мясо нанизать на шампуры, чередуя с кольцами лука, и жарить на углях, периодически сбрызгивая виноградным соком.

4. Готовый шашлык нарезать тонкими ломтиками и подать на стол, посыпав зеленью укропа.

Шашлык из баранины по-индийски

- 1,5 кг баранины
- 4 луковицы
- 2 моркови
- 4 сваренных вкрутую яйца
- 300 мл кислого молока
- 80 мл оливкового масла
- 10 г зиры
- 8 г кардамона
- 6 г молотой корицы
- 6 г карри
- 5 г гвоздики
- 8 г молотого мускатного ореха
- Соль по вкусу

1. Из кислого молока, тертого мускатного ореха и соли приготовить маринад и залить им нарезанную небольшими кусочками баранину на 4 часа.

2. После этого мясо вынуть из маринада, переложить в глиняную емкость, добавить измельченный лук (2 шт.), залить 40 мл оливкового масла и таким же количеством воды, посыпать зирой, поставить на плиту и держать на медленном огне до тех пор, пока не выпарится половина жидкости.

3. Затем добавить кардамон, корицу и гвоздику, тщательно перемешать и тушить еще 6–7 минут.

4. Морковь и вареные яйца нарезать кружками, оставшийся лук – кольцами.

5. Баранину нанизать на шампуры, чередуя с луком, морковью и яйцом, полить оливковым маслом, дать ему стечь, посыпать карри и жарить на углях до готовности.

Шашлык из баранины с чесноком

- 2 кг баранины
- 6 зубчиков чеснока
- 400 мл воды

• 400 мл мясного бульона
• Черный молотый перец, соль по вкусу

1. Чеснок очистить, крупно нарезать, залить водой, посолить, поперчить и хорошо перемешать.

2. Баранину нарезать средними кусочками, отбить, нанизать на шампуры и жарить на углях, часто переворачивая и сбрызгивая чесночной водой

3. Шашлык снять с шампуров, выложить в казан, добавить мясной бульон и тушить в течение 25 минут.

Шашлык из баранины по-узбекски

• 2 кг баранины
• 8 луковиц
• 200 г курдючного сала
• 45 г муки
• 50 мл столового уксуса
• 1 пучок зелени петрушки
• 1 пучок зеленого лука
• 1 пучок зелени укропа
• 10 г аниса
• 10 г красного молотого перца
• Соль по вкусу

1. Баранину и курдючное сало нарезать маленькими кусочками, 5 луковиц – кольцами.

2. Оставшийся репчатый лук нашинковать, добавить анис, перец, залить уксусом и перемешать.

3. Мясо посолить, соединить с луком, залить полученным маринадом и поставить в холодное место на 5 часов. После этого баранину нанизать на шампуры, чередуя с луком и кусочками сала, посыпать мукой и жарить на углях.

4. Готовый шашлык выложить на большое блюдо и посыпать мелко нарубленным зеленым луком, укропом и петрушкой.

Шашлык из баранины по-ирански

• 2 кг баранины (мякоть задней ноги)
• 500 г шпика
• 100 мл томатного соуса
• 1,5 л айрана
• 50 мл 3%-ного уксуса
• 5–6 лавровых листьев
• 5 г измельченного острого перца
• 5 г измельченного майорана

• 5 г измельченного тимьяна

• Черный молотый перец, соль по вкусу

1. Баранину нарезать кусками, выложить в емкость, добавить лавровый лист, острый перец, тимьян и майоран, посолить, залить айраном, смешанным с уксусом, и поставить в холодное место на 48 часов.

2. После этого мясо вместе с маринадом поставить на огонь и тушить на слабом огне до полуготовности.

3. Шпик нарезать тонкими длинными кусочками, завернуть в них ломтики баранины.

4. Подготовленное мясо нанизать на шампуры и жарить на углях. К готовому шашлыку подать томатный соус, добавив в него значительное количество черного молотого перца.

Шашлык из баранины по-словенски

• 1,5 кг баранины

• 500 мл красного сухого вина

• Молотая корица, черный молотый перец, соль по вкусу

1. Мякоть баранины нарезать небольшими кусочками, посолить, поперчить, залить красным сухим вином и оставить на 6 часов.

2. Подготовленное мясо нанизать на шампуры и жарить на углях, периодически сбрызгивая водой.

3. Готовый шашлык перед подачей на стол посыпать корицей.

Шашлык из баранины с цукини

• 2 кг баранины (мякоть задней ноги)

• 3 цукини

• 2 яйца

• 25 г измельченной зелени укропа

• Соль по вкусу

1. Баранину нарезать крупными кусками и посолить.

2. Цукини помыть, нарезать кружочками и посыпать солью.

3. Куски мяса нанизать на шампуры, чередуя с цукини, и готовить на углях примерно 10 минут.

4. После этого снять баранину с мангала, немного остудить, посыпать зеленью укропа, залить взбитыми яйцами и довести на углях до готовности.

Шашлык из баранины по-бешкекски

• 2 кг баранины

• 5 луковиц
• 6 зубчиков чеснока
• 20 г измельченной зелени петрушки и укропа
• 7 г сухих специй
• Соль по вкусу

1. Лук и чеснок нашинковать, добавить измельченную зелень и специи, посолить и тщательно перемешать до образования однородной массы.

2. Баранину нарезать длинными и тонкими пластинами, завернуть в них полученную начинку, нанизать на шампуры и жарить на углях.

3. Шашлык посолить, поперчить и подать на стол.

Шашлык из бараньих почек

• 1,5 кг бараньих почек
• 6 помидоров
• 3 яблока
• 1 пучок зелени петрушки
• 45 мл яблочного уксуса
• Черный молотый перец, соль по вкусу

1. Бараньи почки тщательно промыть, очистить от пленок, нарезать небольшими кусочками, посолить, поперчить, нанизать на шампуры и жарить на углях.

2. Готовое мясо снять с шампуров, выложить на блюдо, сбрызнуть уксусом и посыпать измельченной зеленью петрушки.

3. Помидоры и яблоки нарезать кружочками, нанизать на шампуры, поджарить на углях и подать на стол с шашлыком.

Шашлык из бараньего ливера

• 500 г печени
• 500 г сердца
• 500 г легкого
• 260 г внутреннего бараньего сала
• 1 пучок зеленого лука
• Красный молотый перец, соль по вкусу

1. Печень, сердце и легкое тщательно промыть, нарезать маленькими кусочками, посолить, поперчить, нанизать на шампуры и жарить на углях примерно 7–8 минут.

2. После этого каждый кусочек ливера завернуть в ломтик бараньего сала, снова надеть на шампур и довести на углях до готовности.

3. Горячий шашлык, посыпать нашинкованным зеленым

луком и подать на стол.

Шашлык из баранины по-румынски

• 2 кг баранины (корейка)
• 5 баклажанов
• 150 мл подсолнечного масла
• Черный молотый перец, соль по вкусу

1. Баранину нарезать средними кусочками, посолить и поперчить.

2. Баклажаны помыть, сделать надрезы посредине вдоль и оставить на 25–30 минут.

3. После того как начнет выделяться сок, осторожно отжать его, а затем посолить и поперчить надрезы.

4. Кусочки баранины аккуратно поместить в баклажаны, нанизать их на шампуры таким образом, чтобы те соединили края надрезов, и готовить на углях, периодически смазывая овощи и кусочки мяса подсолнечным маслом.

Шашлык из зайчатины

• 2 кг зайчатины
• 200 г свежего сала
• 7 луковиц
• 100 мл растительного масла
• 1 пучок зелени укропа
• Черный молотый перец, соль по вкусу

1. Зайчатину промыть, нарезать небольшими кусками, посолить, поперчить, смешать с нарезанным кольцами луком и растительным маслом. Сало нарезать небольшими ломтиками.

2. Подготовленное мясо нанизать на шампуры, чередуя с салом и луком, и жарить на углях до готовности.

3. Перед подачей на стол украсить шашлык зеленью укропа.

Шашлык из мяса лося

• 2 кг мясо лося (мякоть)
• 150 г свиного жира
• 2 луковицы
• 5 зубчиков чеснока
• 300 мл красного сухого вина
• 200 мл воды
• 30 г сахара
• 3 лавровых листа

• 5 горошин белого перца
• Соль по вкусу

1. Красное вино развести теплой водой, добавить измельченный лук, натертый чеснок, соль, сахар, толченый перец, лавровый лист и хорошо перемешать.

2. Мясо нарезать небольшими кусочками, залить приготовленным маринадом и поставить в холодное место на 12–14 часов.

3. После этого мясо нанизать на шампуры и жарить на углях, периодически смазывая свиным жиром.

Шашлык из мяса косули

• 2 кг мяса косули (вырезка)
• 7 зубчиков чеснока
• 5 луковиц
• 2 огурца
• 400 мл белого сухого вина
• 200 мл воды
• 20 г измельченной зелени укропа
• Черный молотый перец, соль по вкусу

1. Мясо косули промыть, нарезать небольшими кусочками и слегка отбить.

2. Подготовленное мясо выложить в эмалированную емкость, залить белым вином, водой, посолить, поперчить, добавить измельченный лук и толченый чеснок и оставить в холодном месте на 12 часов.

3. После этого нанизать мясо на шампуры и жарить на углях до образования румяной корочки.

4. В процессе жарки мясо часто переворачивать и сбрызгивать водой.

5. Готовый шашлык снять с шампуров, украсить нашинкованной зеленью и ломтиками огурцов и подать на стол.

Шашлык из мяса кабана

• 1,5 кг мяса кабана
• 4 луковицы
• 5 помидоров
• 3 сладких перца
• 30 мл яблочного уксуса
• 1 пучок зеленого лука
• 1 пучок зелени укропа
• Черный молотый перец, соль по вкусу

1. Мясо кабана нарезать небольшими кусочками, выложить в эмалированную емкость, посолить, поперчить, сбрызнуть уксусом, смешать с измельченным репчатым луком, накрыть крышкой, сверху прижать грузом и поставить в холодильник на 6 часов.

2. Подготовленное мясо нанизать на шампуры и жарить на углях до готовности.

3. Горячий шашлык подать на стол с нашинкованной зеленью и измельченными сладкими перцами и помидорами.

Шашлык из сосисок с грудинкой

- 6 сосисок
- 7 помидоров
- 3 луковицы
- 10 шт. кураги
- 125 г грудинки
- 100 г сыра
- 1 пучок зелени укропа

1. Курагу без косточек тщательно промыть, залить теплой водой и оставить на 12 часов. Затем воду слить, курагу подсушить и обернуть ломтиками грудинки.

2. Сосиски очистить от пленки, разрезать на 3 части, лук нарезать кольцами, помидоры – кружками, сыр – ломтиками.

3. После этого сосиски нанизать на шампуры, чередуя их с подготовленными ингредиентами и жарить на углях.

4. Готовое блюдо подать на стол с зеленью укропа.

Шашлык из немецких колбасок

- 10 немецких колбасок
- 5 помидоров
- 3 персика
- 150 г сала
- 25 мл растительного масла
- 40 мл шашлычного соуса
- 6 г измельченного тимьяна
- Черный молотый перец по вкусу

1. Колбаски разрезать на 3–4 части, помидоры нарезать четвертинками, персики – дольками, сало – тонкими ломтиками.

2. Кусочки колбасок нанизать на смазанные растительным маслом шампуры, чередуя их с помидорами, персиками и салом.

3. Оставшееся растительное масло соединить с шашлычным соусом, добавить тимьян, поперчить и перемешать.

4. Полученным соусом сбрызнуть шашлык и жарить его на

углях в течение 5–6 минут.

Шашлыки из птицы

Шашлык из индейки

• 1 кг мяса индейки
• 3 луковицы
• 3 сладких перца
• 60 г майонеза
• 80 г томатного соуса
• 50 мл оливкового масла
• Специи по вкусу

1. Филе индейки нарезать небольшими кусочками, лук – кольцами, сладкие перцы – ломтиками.

2. Майонез смешать с томатным соусом, специями и оливковым маслом.

3. Мясо залить полученным маринадом и оставить на 4 часа.

4. Затем кусочки индейки нанизать на шампуры, чередуя с луком и сладкими перцами, и жарить на углях до готовности.

Шашлык из рябчиков с клюквой

• 3 тушки рябчика
• 3 помидора
• 400 г клюквы
• 120 г сала
• 55 г сливочного масла
• 70 мл растительного масла
• 35 г сахара
• По 0,5 пучка зелени петрушки и укропа
• 10 г зеленого лука
• Соль по вкусу

1. Тушки рябчиков ощипать, выпотрошить, тщательно промыть, положить внутрь каждой немного сливочного масла, сахара и клюквы, после чего зашить брюшко прочными нитками или скрепить деревянными шпажками.

2. Нашпиговать рябчиков салом, смазать растительным маслом, нанизать на шампуры и жарить на углях.

3. Готовый шашлык подать на стол, украсив зеленью петрушки и укропа, зеленым луком и кружочками помидоров.

Шашлык из утки

• 1 кг филе утки
• 3 луковицы
• 1 апельсин
• 300 мл яблочного сока
• 5 веточек укропа
• Красный молотый перец, соль по вкусу

1. Филе утки нарезать небольшими кусочками, посыпать солью и перцем.

2. Мясо нанизать на шампуры и жарить на углях, периодически сбрызгивая яблочным соком.

3. Готовый шашлык подать на стол с нарезанным кружочками апельсином, кольцами лука и зеленью укропа.

Шашлык из курицы с абрикосами и чесноком

• 1,5 кг курицы
• 5 луковиц
• 5 зубчиков чеснока
• 200 г абрикосов без косточек
• 35 мл растительного масла
• 70 мл томатного соуса
• 0,5 пучка зелени укропа
• Черный молотый перец, соль по вкусу

1. Мясо курицы нарезать маленькими кусочками.

2. Лук измельчить, добавить натертый на мелкой терке чеснок, тщательно размятые абрикосы, растительное масло и хорошо перемешать.

3. Полученной массой натереть кусочки птицы и поместить их в холодильник на 1,5 часа.

4. Затем мясо посолить, поперчить, нанизать на шампуры и жарить на углях до готовности, после чего подать на стол с томатным соусом и зеленью укропа.

Шашлык из индейки с апельсиновым джемом

• 1 кг индейки (филе)
• 3 сладких перца
• 4 зубчика чеснока
• 40 г апельсинового джема
• 18 г сахара
• 30 мл растительного масла
• 30 мл томатного соуса

1. Апельсиновый джем смешать с сахаром, томатным соусом, растительным маслом и измельченным чесноком.

2. В полученный маринад положить кусочки индейки, нарезанные маленькими кусочками, и оставить на 4 часа.

3. Подготовленное мясо нанизать на шампуры, чередуя со сладкими перцами, нарезанными ломтиками, и жарить на углях до готовности.

Шашлык из перепелок

• 3 тушки перепелок
• 500 г топленого масла
• 20 г толченого миндаля
• 30 г муки
• 30 г измельченного зеленого лука
• Белый молотый перец, соль по вкусу

1. Тушки перепелок ощипать, выпотрошить, промыть, выложить в кастрюлю, залить подсоленной водой и оставить на 20–25 минут.

2. После этого снять с птицы кожу, опустить на 10–12 секунд в разогретое масло, посыпать перцем, миндальным порошком и обвалять в муке.

3. Подготовленное мясо нанизать на шампуры и жарить на углях. Когда из него начнет выделяться сок, периодически посыпать его мукой.

4. Готовое мясо выложить на блюдо, посыпать зеленым луком и подать на стол.

Шашлык из куриной печени с томатным соком

• 1,3 кг куриной печени
• 7 луковиц
• 7 помидоров
• 500 мл томатного сока
• 20 г измельченной зелени петрушки
• Тимьян, черный молотый перец, соль по вкусу

1. Куриную печень промыть, смешать с перцем, солью, тимьяном, нарезанным кольцами луком, залить томатным соком и оставить на 2 часа.

2. Затем нанизать кусочки печени на шампуры, чередуя с луком и нарезанными кружками помидорами, и жарить на углях, периодически поливая маринадом.

3. Готовый шашлык посыпать измельченной зеленью и подать на стол.

Шашлык из гусиной печени с луком

• 1 кг гусиной печени
• 4 луковицы
• 500 г копченого сала
• 1 пучок зеленого лука
• Красный молотый перец, соль по вкусу

1. Печень промыть, нарезать небольшими кусочками, сало – тонкими ломтиками, лук – средними кольцами.

2. Затем печень нанизать на шампуры, чередуя с луком и кусочками сала, и жарить на углях. За несколько минут до готовности посолить и поперчить.

3. Шашлык подать на стол, посыпав измельченным зеленым луком.

Шашлык из куропаток с салом

• 4 тушки куропаток
• 2 лимона
• 180 г сала
• 100 г сливочного масла
• Белый молотый перец, соль по вкусу

1. Тушки куропаток ощипать, выпотрошить, промыть, натереть солью, перцем и оставить на 30 минут.

2. Лимон нарезать тонкими кружочками, сало – тонкими ломтиками и обложить ими подготовленное мясо.

3. Куропатки завернуть в пергаментную бумагу, смазанную сливочным маслом, нанизать на шампуры и жарить на углях до готовности.

Шашлык из куриных окорочков

• 5 куриных окорочков
• 4 луковицы
• 5 зубчиков чеснока
• 200 г майонеза
• Соль, специи по вкусу

1. Каждый куриный окорочок разрубить на 3 равные части.

2. Лук нарезать кольцами, добавить натертый на терке чеснок, майонез, специи, посолить и перемешать.

3. Мясо птицы соединить с полученным маринадом, накрыть крышкой, сверху поместить небольшой груз и поставить в холодное место на 7 часов.

4. Подготовленное мясо нанизать на шампуры и жарить на углях до готовности.

Шашлык из утиных желудочков с луком

• 1 кг утиных желудочков
• 3 луковицы
• 200 мл апельсинового сока
• Черный молотый перец, соль по вкусу

1. Утиные желудочки хорошо очистить, промыть, подсушить, выложить в емкость, посолить, поперчить, смешать с нарезанным кольцами луком, добавить апельсиновый сок и поставить в холодное место на 2 часа.

2. После этого нанизать их на шампуры, чередуя с луком, и жарить на углях, регулярно переворачивая.

Шашлыки из рыбы и морепродуктов

Шашлык из сома с луком

• 1,5 кг филе сома
• 3 луковицы
• 150 мл лимонного сока
• 0,5 пучка зелени петрушки
• Черный молотый перец, соль по вкусу

1. Филе сома очистить от костей, промыть и пропустить через мясорубку вместе с очищенным луком, после чего посолить, поперчить и оставить на 2 часа.

2. Из полученного фарша сформовать колбаски, нанизать их на деревянные шпажки и жарить на углях.

3. Готовый шашлык сбрызнуть лимонным соком, украсить зеленью и подать на стол.

Шашлык из филе сига

• 1 кг филе сига
• 3 помидора
• 100 мл сока лайма
• 100 мл томатного соуса
• 1 пучок зеленого лука
• 1 пучок зелени укропа
• Черный молотый перец, соль по вкусу

1. Филе сига промыть, нарезать средними кусками, посолить, поперчить, сбрызнуть соком лайма и поставить в холодное место на 3 часа.

2. Затем нанизать его на шампуры, смазать томатным соусом и жарить на углях до готовности.

3. Горячий шашлык подать на стол с измельченной зеленью и ломтиками помидоров.

Шашлык из горбуши

• 1 кг филе горбуши
• 1 лимон
• 3 луковицы
• 50 мл соевого соуса
• 150 мл красного столового вина
• 17 г измельченной зелени петрушки

• 1 пучок зелени укропа
• Черный молотый перец, соль по вкусу

1. Горбушу промыть и нарезать кусками среднего размера.

2. Лимон нарезать тонкими ломтиками, лук – кольцами и смешать с измельченным укропом, вином, солью и перцем.

3. Филе рыбы выложить в эмалированную емкость вместе с полученным маринадом и оставить на 35–40 минут.

4. Подготовленные кусочки горбуши нанизать на шампуры, чередуя с кольцами лука, и жарить на углях.

5. Готовый шашлык подать на стол с соевым соусом и зеленью.

Шашлык из форели с лимонами

• 1 кг филе форели
• 1 луковица
• 2 лимона
• 20 мл лимонного сока
• 0,5 пучка зелени петрушки
• Белый молотый перец, соль по вкусу

1. Форель нарезать небольшими кусочками, выложить в эмалированную емкость, посолить, поперчить и поставить в холодное место на 1,5 часа.

2. Затем рыбу нанизать на натертые луком шпажки и жарить на углях в течение 5 минут, после чего сбрызнуть лимонным соком и довести до готовности.

3. Шашлык подать на стол, украсив нарезанными кружочками лимонами.

Шашлык из морского окуня

• 1 кг филе морского окуня
• 3 луковицы
• 50 г сметаны
• Черный молотый перец, соль по вкусу

1. Филе окуня нарезать средними кусочками, посолить, поперчить и смазать сметаной.

2. Подготовленную рыбу нанизать на шампуры и жарить на углях до готовности.

3. Шашлык подать на стол с нарезанным кольцами луком.

Шашлык из рыбы со шпиком

• 1,5 кг филе рыбы

• 5 луковиц
• 160 г шпика
• 120 мл томатного соуса
• 150 мл белого сухого вина
• 0,5 пучка зелени петрушки
• Белый молотый перец, соль по вкусу

1. Лук очистить, нарезать кольцами, залить белым вином, посолить и поперчить.

2. Филе рыбы нарезать небольшими кусочками, смешать с полученным маринадом и поставить в холодное место на 2,5 часа.

3. После этого рыбу нанизать на деревянные шпажки, чередуя с кусочками шпика и кольцами лука, и обжарить на углях, периодически поворачивая и сбрызгивая маринадом.

4. Готовое блюдо подать на стол с томатным соусом и зеленью.

Шашлык из судака с салом

• 1 кг филе судака
• 400 г сала
• 200 мл томатного сока
• Черный молотый перец, соль по вкусу

1. Филе судака промыть, нарезать средними кусочками, посолить, поперчить и оставить 40 минут.

2. Сало нарезать длинными тонкими ломтиками, завернуть в них подготовленные кусочки рыбы, нанизать на шампуры и жарить на углях, периодически сбрызгивая томатным соком.

Шашлык из осетра

• 1,5 кг филе осетра
• 5 яблок
• 4 луковицы
• 2 лимона
• 1 пучок зеленого лука
• 1 пучок зелени укропа
• Черный молотый перец, соль по вкусу

1. Филе рыбы нарезать небольшими кусочками, посолить, поперчить, смешать с 2 измельченными луковицами и оставить на 30 минут.

2. Затем нанизать на шампуры, чередуя с кружками яблок, и жарить на углях в течение 15 минут.

3. Готовый шашлык выложить на блюдо, украсить

оставшимся репчатым луком, нарезанным кольцами, дольками лимонов и зеленью.

Шашлык из трески и скумбрии

• 500 г филе трески
• 500 г филе скумбрии
• 200 мл лимонного сока
• 160 г сметаны
• 25 г измельченной зелени петрушки и кинзы
• Белый молотый перец, соль по вкусу

1. Филе трески и скумбрии нарезать небольшими кусочками, посолить, поперчить и смешать с измельченной зеленью кинзы и петрушки.

2. Затем полить лимонным соком и поставить в холодное место на 2 часа.

3. Куски рыбы нанизать на шампуры, смазать сметаной и жарить на углях до готовности.

Шашлык из зубатки со шпиком

• 1 кг филе зубатки
• 2 луковицы
• 150 г шпика
• 40 мл растительного масла
• 100 мл соуса тартар
• 100 мл лимонного сока
• 1 пучок зелени петрушки
• Черный молотый перец, соль по вкусу

1. Филе зубатки промыть, нарезать длинными тонкими полосками, посолить и сбрызнуть лимонным соком, с одной стороны смазать соусом, посыпать измельченным луком и нашинкованной зеленью.

2. После этого свернуть их в рулетики, закрепить деревянной шпажкой, нанизать на шампуры, чередуя с ломтиками шпика, посолить, поперчить, смазать растительным маслом и жарить на углях.

3. Готовое блюдо сбрызнуть лимонным соком и подать на стол.

Шашлык из речной рыбы с молоком

• 500 г филе налима
• 500 г филе щуки

• 500 г филе сома
• 200 г сметаны
• 220 мл молока
• 1 пучок зелени укропа
• Черный молотый перец, соль по вкусу

1. Филе речной рыбы нарезать средними кусками, посолить, поперчить, смешать с измельченной зеленью, сбрызнуть молоком и поставить в холодное место на 2 часа.

2. Затем нанизать на шампуры и жарить на углях до готовности, после чего подать на стол со сметаной.

Шашлык из белуги

• 2 кг филе белуги
• 2 яблока
• 5 зубчиков чеснока
• 2 стручка острого перца
• 160 мл апельсинового сока
• 50 г измельченной лимонной цедры
• 40 мл растительного масла
• 1 пучок зеленого лука
• Соль по вкусу

1. Лимонную цедру смешать с растительным маслом, апельсиновым соком, тертым чесноком, измельченным острым перцем и солью.

2. Белугу нарезать средними кусочками, соединить с маринадом и оставить на 1 час.

3. После этого нанизать рыбу на шампуры и жарить на углях.

4. Готовый шашлык подать с зеленым луком и немного обжаренными на углях дольками яблок.

Шашлык из тунца с сыром

• 1 кг филе тунца
• 2 баклажана
• 2 сладких перца
• 300 г сыра
• 100 мл белого сухого вина
• Белый молотый перец, соль по вкусу

1. Филе рыбы промыть, сбрызнуть белым вином и нарезать средними кусочками.

2. Сладкие перцы и баклажаны очистить и нарезать небольшими ломтиками.

3. Кусочки рыбы нанизать на деревянные шпажки, чередуя со

сладкими перцами и баклажанами, посолить, поперчить и запекать на углях.

4. Готовый шашлык выложить на блюдо, посыпать тертым сыром и подать на стол.

Шашлык из кальмаров

- 1 кг кальмаров
- 1 стручок острого перца
- 2 апельсина
- 18 г сахара
- 70 мл красного столового вина
- 30 мл оливкового масла
- 1 пучок зелени петрушки
- 0,5 пучка зелени черемши
- 1 пучок зеленого лука
- Соль по вкусу

1. Зелень петрушки и черемши нашинковать, смешать с растертым острым перцем, сахаром, красным вином, оливковым маслом и солью.

2. Кальмаров промыть, очистить, нарезать большими длинными кусками (25–30 см), залить полученным маринадом и поставить в холодильник на 1,5 часа.

3. Затем нанизать их на шампуры и жарить на углях по 5 минут с каждой стороны.

4. Готовый горячий шашлык подать на стол с дольками апельсинов, зеленым луком и теплым маринадом.

Шашлык из королевских креветок по-флоридски

- 25 королевских креветок
- 30 мл оливкового масла
- 80 мл сладкого соуса
- 20 г измельченной зелени петрушки
- 5 г молотого тмина
- 5 г фенхеля
- 5 г кориандра
- 5 г красного перца
- 7 г кайенского перца

1. Тмин, фенхель, кориандр и красный перец обжарить на сковороде на небольшом огне до тех пор, пока они немного не потемнеют. Затем переложить в ступку, добавить кайенский перец, растереть в порошок, добавить сладкий соус и тщательно перемешать.

2. Креветки промыть, очистить, нанизать на тонкие деревянные шпажки, вымоченные в воде, обмакнуть каждую в полученную смесь, сбрызнуть оливковым маслом и жарить на углях по 5 минут с каждой стороны.

3. Готовое блюдо подать на стол с зеленью петрушки.

Шашлык из креветок с беконом

• 25 шт. креветок
• 300 г бекона
• 50 г сметаны
• 50 г меда
• 100 мл оливкового масла
• 80 мл апельсинового сока
• Черный молотый перец по вкусу

1. Бекон нарезать тонкими длинными кусочками.

2. Креветки тщательно промыть, очистить, завернуть в ломтики бекона, поперчить, нанизать на шампуры и жарить на углях по 4 минуты с каждой стороны.

3. Оливковое масло, мед, сметану и апельсиновый сок соединить и взбить с помощью миксера.

4. Готовый шашлык подать на стол с полученным соусом.

Шашлык из мидий

• 400 г мидий
• 3 помидора
• 2 луковицы
• 3 зубчика чеснока
• 300 мл белого столового вина
• 0,5 пучка зеленого лука
• 4 веточки мяты
• Тимьян, черный молотый перец, соль по вкусу

1. Мидии промыть, смешать с солью, перцем и тимьяном, нанизать на вымоченные в воде деревянные шпажки, чередуя с кольцами лука и кружочками помидоров, и жарить на углях 3 минуты с каждой стороны.

2. Вино вскипятить, всыпать измельченную мяту, снова довести до кипения, снять с огня, дать постоять 5 минут, добавить измельченный лук, тертый чеснок, тимьян, посолить, поперчить и тщательно перемешать.

3. Готовый шашлык подать на стол с винным соусом.

Шашлык из тигровых креветок с соевым соусом

• 25 тигровых креветок
• 2 зубчика чеснока
• 1 стручок острого перца
• 50 мл гранатового сока
• 20 г коричневого сахара
• 60 мл соуса тартар
• 35 мл кунжутного масла
• 100 мл соевого соуса
• 1 пучок зелени кинзы
• 10 г зеленого лука

1. Чеснок очистить, размять, смешать с измельченным острым перцем, добавить соус тартар, кунжутное масло, соевый соус, сахар, гранатовый сок, тщательно перемешать, поставить на плиту и нагревать, пока сахар полностью не растворится, после чего остудить.

2. Креветки очистить, промыть, выложить в один слой в емкость, залить полученным маринадом, накрыть крышкой и поставить в холодное место на 8 часов.

3. После этого креветки нанизать на деревянные шпажки и жарить на углях 6 минут до розового оттенка.

4. Готовый шашлык подать на стол с зеленью кинзы и зеленым луком.

Шашлык из креветок по-португальски

• 400 г очищенных креветок
• 1 лимон
• 150 г сметаны
• 80 мл сока лайма
• 40 мл оливкового масла
• 1 пучок листового салата
• Специи по вкусу

1. Сметану смешать с соком лайма, оливковым маслом и специями.

2. Очищенные креветки соединить с полученным маринадом и поставить в холодильник на 45 минут.

3. Затем нанизать их на деревянные шпажки, вымоченные в воде, и жарить на углях по 2–3 минуты с каждой стороны.

4. Готовые креветки подать на стол с кружками лимона и листьями салата.

Соусы

В современной кулинарии существует великое множество соусов. Их подают к самым разным блюдам: к мясным, рыбным, овощным и т. д. Порой выбрать какой-либо соус в поваренной книге бывает непросто. Красивые, но непонятные названия или настораживают, или не говорят ничего определенного о вкусе.

При этом кажется, что разные способы их приготовления очень трудно запомнить. Однако на самом деле все не так страшно. Стоит только увидеть в списке множества рецептов определенную систему, узнать маленькие особенности приготовления и, главное, хоть раз попробовать приготовить собственноручно какой-либо соус.

Впервые соусы были изобретены в XVII–XVIII веках. Считается, что это произошло во Франции. Часто создателями соусов выступали весьма знатные люди того времени. Например, известный нам майонез связан с именем герцога Луи Крильонского, первого герцога Магона, полководца который завоевал у Британии столицу острова Минорка – Магон. На пиру, который устроили в честь победы, был впервые подан соус из яиц индеек, оливкового масла, лимонного сока и перца. Его назвали «майонез», в честь покоренного города. А известный соус под названием «бешамель» якобы был изобретен Луи де Бешамелем, маркизом де Нуантель.

По мере того как количество соусов увеличивалось, росло и их значение в приготовлении блюд. В итоге понятия «соус» и «французская кухня» оказались слитыми, почти неразделимыми. Большая часть новых соусов получила названия, связанные с той или иной страной или нацией. Таким образом, во французской кухне были созданы английский, польский, португальский, голландский, итальянский и баварский, а также татарский и русский соусы. Все же стоит знать, что ни один из них не имеет никакого отношения к соответствующим национальным кухням.

Так, в соусах отразились порой неверные представление французов о других народах. Интересно, татарский соус получил такое название, потому что в его состав входят корнишоны и каперсы, которыми, как думали французы, питаются татары. А русский соус так назван только из-за того, что в него входит некоторое количество икры, хотя на 87 % он состоит из майонеза и бульона из морепродуктов. Так же обстоит дело и с соусами, которые были названы по именам крупнейших иностранных городов, например женевский, бристольский, генуэзский, венецианский, римский соусы и др.

Сейчас соусы на нашем столе играют значительную роль. И у каждого из них есть своя история.

Весьма часто одни и те же блюда с помощью соусов получают различный вкус и аромат. Соусы, которые содержат масло и яйца, например майонез, повышают калорийность кушанья, однако делают блюдо вкуснее. Горчичные и томатный соусы менее калорийные, они прекрасно подчеркивают вкус, а соевый и терияки считаются самыми легкими, к тому же они придают пище особый оттенок.

Соус для мясного барбекю

• 150 мл томатного сока
• 60 мл мясного бульона
• 1 пучок щавеля
• 1 пучок зелени кинзы

1. Зелень хорошо промыть и измельчить, добавить томатный сок, бульон и хорошо перемешать.

2. Готовым соусом поливать барбекю из мяса.

Горячий соус для мясного барбекю

• 1 луковица
• 2 сладких перца
• 4 зубчика чеснока
• 150 л оливкового масла
• 200 мл томатного сока
• 80 мл столового уксуса
• 0,5 пучка зелени орегано
• Красный молотый перец, соль по вкусу

1. Чеснок истолочь, посолить, поперчить, смешать с оливковым маслом, уксусом, измельченным луком, нашинкованными сладкими перцами, зеленью и томатным соком.

2. Полученную массу кипятить на медленном огне, постоянно помешивая, в течение 10 минут, после чего процедить и подать на стол горячим.

Соус к барбекю из свинины

• 200 г томатной пасты
• 500 мл кипяченой воды
• 200 г сахара
• 6 зубчиков чеснока
• 50 г сыра
• 2 пучка зелени кинзы
• 15 г красного перца
• Соль по вкусу

1. Томатную пасту разбавить холодной кипяченой водой до консистенции жидкой сметаны.

2. В полученную массу добавить измельченную зелень кинзы, толченый чеснок, сахар, соль, перец и тщательно перемешать.

3. Готовый соус украсить тертым сыром и подать к барбекю.

Соус острый

• 200 мл кетчупа
• 80 мл воды
• 25 мл 3%-ного уксуса (или сухого вина)
• 1 стручок красного корейского перца
• 3 зубчика чеснока

1. В кетчуп добавить измельченный корейский красный перец и толченый чеснок, влить уксус, разведенный водой и хорошо перемешать.

2. Готовым соусом залить барбекю за 1–2 минуты до подачи на стол.

Соус острый с луком

• 300 мл мясного бульона
• 2 луковицы
• 50 г корнишонов
• 70 г томатного пюре
• 30 мл столового уксуса
• 30 г муки
• 60 г сливочного масла
• Черный молотый перец, соль по вкусу

1. Муку обжарить в 30 г сливочного масла и развести мясным бульоном.

2. Лук измельчить, обжарить в оставшемся масле, добавить томатное пюре, посолить, поперчить и жарить еще 5 минут.

3. В полученную смесь добавить нарубленные корнишоны, уксус и довести до кипения на медленном огне.

Соус томатный с луком

• 7 помидоров
• 3 луковицы
• 500 г корня сельдерея
• 150 г сахара
• 400 мл воды
• 100 мл 10 %-ного уксуса
• 5 г молотого имбиря
• 5 г молотой корицы
• 5 г молотой гвоздики
• 10 г красного молотого перца
• Соль по вкусу

1. Лук и корень сельдерея измельчить, добавить очищенные помидоры и сварить пюре.

2. Полученную массу протереть сквозь сито.

3. Добавить имбирь, корицу, гвоздику, соль, перец и продолжить варить на медленном огне.

4. Готовым соусом залить мясо перед подачей на стол.

Соус к мясу

• 160 мл растительного масла
• 60 мл 3%-ного уксуса
• 5 г сахара
• Соль по вкусу

1. Растительное масло взбить венчиком и добавить уксус.
2. В полученную массу всыпать сахар, соль и тщательно перемешать.
3. Готовый соус подать к мясу.

Соус сметанный

• 100 г сметаны
• 50 мл растительного масла
• 50 мл лимонного сока
• 2 зубчика чеснока
• 30 мл кетчупа
• 5 г сахара
• Соль по вкусу

1. Чеснок измельчить, добавить соль, сахар, растительное масло и лимонный сок.

2. Сметану и кетчуп взбить с помощью блендера, добавить в полученную массу и хорошо перемешать.

3. Готовым соусом полить шашлык или барбекю перед подачей на стол.

Соус сметанный с луком

• 200 мл мясного бульона
• 100 мл сметаны
• 2 луковицы
• 70 г сливочного масла
• 20 г острого кетчупа
• 30 г муки
• Соль по вкусу

1. Муку слегка обжарить в небольшом количестве сливочного масла и развести мясным бульоном.

2. В полученную массу добавить сметану, хорошо перемешать и варить на слабом огне в течение 5–10 минут.

3. Затем добавить измельченный лук, обжаренный в оставшемся сливочном масле.

4. Перед подачей на стол полученный соус посолить и соединить с кетчупом и хорошо перемешать.

Соус сметанный с лимонным соком

• 250 мл сметаны
• 70 мл лимонного сока
• 1 корень хрена

1. Корень хрена промыть, очистить, натереть на мелкой терке и смешать со сметаной и лимонным соком.

2. Готовый соус подать к рыбе.

Соус сметанный с хреном

• 250 мл мясного бульона
• 100 мл сметаны
• 1 корень хрена
• 70 г сливочного масла
• 60 мл столового уксуса
• 30 г мука
• 1 лавровый лист
• 6 горошин черного душистого перца
• Соль по вкусу

1. Муку обжарить в 20 г сливочного масла, развести 100 мл мясного бульона, добавить сметану и варить на слабом огне в течение 5–10 минут.

2. Хрен промыть, очистить, натереть на мелкой терке и слегка обжарить в оставшемся сливочном масле, после чего смешать с уксусом и оставшимся мясным бульоном, добавить лавровый лист, перец горошком и посолить.

3. Полученную массу варить 10–15 минут, затем влить в обжаренную муку и довести до кипения на слабом огне.

4. Готовый соус подать к мясу.

Соус из огурца с кефиром

• 1 огурец
• 200 мл кефира (или сметаны)
• По 1 пучку зелени укропа, петрушки и зеленого лука
• Соль по вкусу

1. Огурец натереть на мелкой терке и смешать с кефиром.
2. В полученную массу добавить измельченную зелень укропа, петрушки и зеленого лука.
3. Готовый соус посолить и подать к мясу.

Соус сырный

• 80 г сыра
• 100 г творога
• 80 г сметаны
• 40 г горчицы

1. Творог растереть, сыр измельчить.

2. Подготовленные ингредиенты соединить со сметаной, взбить венчиком, заправить горчицей и перемешать.

3. Готовый соус подать к запеченной рыбе.

Соус ткемали

• 1 кг сливы ткемали
• 200 мл воды
• 2 зубчика чеснока
• По 0,5 пучка зелени укропа и кинзы
• 6 г красного молотого перца
• Соль по вкусу

1. Сливы помыть, выложить в кастрюлю, залить водой и варить до готовности на среднем огне, постоянно помешивая, после чего протереть сквозь сито и развести полученным отваром.

2. Зелень укропа и кинзы и чеснок измельчить и соединить со сливовой массой.

3. Полученную смесь посолить, поперчить и довести до кипения.

4. Готовый соус ткемали подать к мясу.

Соус сметанный к рыбе

• 200 г жидкой сметаны
• 50 мл столового уксуса
• 8 г сахарной пудры
• Черный молотый перец, соль по вкусу

1. Сметану соединить с солью, перцем, уксусом, сахарной пудрой и хорошо перемешать.

2. Готовый соус подать к рыбе.

Соус яблочно-томатный

• 100 мл яблочного сока
• 100 мл томатного густого сока
• По 1 пучку зелени щавеля и кинзы

1. Зелень щавеля и кинзы промыть, измельчить и смешать с томатным и яблочным соками.

2. Готовый соус подать к мясу.

Соус к рыбе

• 200 мл кетчупа
• 25 г красного корейского перца
• 30 мл 3%-ного уксуса
• 100 мл воды (или сухого вина сухого)
• 3 зубчика чеснока

1. Измельченный перец соединить с тертым чесноком.

2. В полученную массу добавить кетчуп и разведенный водой уксус, хорошо перемешать и подать на стол.

Соус из грецких орехов

• 250 г ядер грецких орехов
• 5 зубчиков чеснока
• 1 пучок зелени кинзы
• 120 мл гранатового сока
• 6 г хмели-сунели
• 6 г шафрана
• 6 г красного молотого перца
• Соль по вкусу

1. Ядра грецких орехов растереть в ступке с чесноком.
2. Добавить соль, перец, хмели-сунели, шафран и измельченную кинзу.
3. Полученную массу соединить с гранатовым соком и хорошо перемешать.
4. Готовый ореховый соус подавать к мясу.

Соус из соленого огурца с яйцом

• 150 мл растительного масла
• 120 мл столового уксуса
• 1 сваренное вкрутую яйцо
• 1 соленый огурец
• 4 г сахара
• 0,5 пучка зеленого лука
• По 1 пучку зелени петрушки и эстрагона
• Черный молотый перец, соль по вкусу

1. Желток сваренного вкрутую яйца протереть сквозь сито, выложить в глубокую тарелку, соединить с солью, перцем, сахаром и растительным маслом.

2. В полученную массу добавить уксус, измельченный белок, нашинкованный зеленый лук, нарезанный кубиками соленый огурец и нарубленную зелень петрушки и эстрагона.

3. Готовый соус тщательно перемешать и подать на стол.

Соус с хреном

• 100 мл 9%-ного уксуса
• 100 мл воды
• 1 корень хрена
• 7 г сахара
• 5 г соли

1. Корень хрена промыть, очистить, натереть на мелкой терке, положить в кастрюлю, залить кипящей водой и оставить, накрыв крышкой.

2. В остывшую жидкость добавить уксус, соль и сахар, тщательно перемешать и подать на стол.

Соус из горчицы с каперсами

• 100 мл 3%-ного уксуса
• 70 мл растительного масла
• 60 г каперсов
• 2 яйца
• 15 г горчицы
• 7 г сахара
• Соль по вкусу

1. Яйца сварить вкрутую, очистить, протереть сквозь сито и соединить с горчицей, сахаром, солью и растительным маслом.

2. В полученную массу добавить уксус, каперсы, тщательно перемешать и подать к мясу.

Соус морковный

• 2 моркови
• 2 луковицы
• 120 мл мясного бульона
• 250 г томатного пюре
• 30 г муки
• 40 г сливочного масла
• 30 г томатного острого соуса
• Соль по вкусу

1. Морковь натереть, соединить с нарубленным луком и обжарить в сливочном масле.

2. В полученную массу добавить томатное пюре, муку и мясной бульон, тщательно перемешать и варить на медленном огне в течение 10 минут. Затем посолить, соединить с острым томатным соусом и процедить сквозь сито.

3. Полученный соус варить еще 3 минуты, после чего подать на стол.

Соус яично-лимонный

• 3 желтка сваренных вкрутую яиц
• 120 мл растительного масла
• 100 мл лимонного сока
• Черный молотый перец, соль по вкусу

1. Желтки размять в глубокой тарелке, посолить, поперчить и соединить с растительным маслом.

2. В полученную массу добавить лимонный сок, тщательно перемешать и подать на стол.

Соус с сахарной пудрой и растительным маслом

• 100 мл растительного масла
• 50 мл столового уксуса
• 5 г сахарной пудры
• Белый молотый перец, соль по вкусу

1. Уксус соединить с солью и перцем.

2. В полученную массу добавить сахар, растительное масло и тщательно перемешать до образования однородной массы.

Соус из томатной пасты с горчицей

• 100 г томатной пасты
• 60 мл растительного масла
• 40 г горчицы
• 80 мл воды
• 5 г сахара
• Красный молотый перец, соль по вкусу

1. Томатную пасту перемешать с растительным маслом, горчицей и водой.

2. В полученную смесь добавить сахар, соль и перец.

Соус из желтков с уксусом

• 5 желтков
• 1 корень хрена
• 25 г сахара
• 100 мл растительного масла
• 30 мл столового уксуса
• Белый молотый перец, соль по вкусу

1. Желтки растереть с сахаром и натертым на мелкой терке корнем хрена.

2. Добавить растительное масло и столовый уксус, посолить, поперчить и тщательно перемешать.

3. Готовый соус подать к рыбе.

Соус с маринованными грибами

• 250 мл рыбного бульона
• 50 г маринованных грибов
• 70 г сливочного масла
• 35 г муки
• 60 г сыра
• 0,5 пучка зелени укропа
• Красный молотый перец, соль по вкусу

1. Муку обжарить в 30 г сливочного масла, развести рыбным бульоном и варить в течение 10–12 минут.

2. В полученную массу добавить мелко нарубленные маринованные грибы, оставшееся масло, посолить и поперчить.

3. Соус тщательно перемешать и подать на стол, украсив измельченной зеленью укропа и тертым сыром.

Соус белый к рыбе

• 250 мл рыбного бульона
• 50 г сливочного масла
• 40 мл лимонного сока
• 35 г муки
• 0,5 пучка зелени укропа (или петрушки)
• Черный молотый перец, соль по вкусу

1. Муку обжарить в 20 г сливочного масла, развести рыбным бульоном и варить в течение 10 минут.

2. Добавить соль, перец, лимонный сок, сливочное масло, процедить и тщательно перемешать.

3. Готовый соус перед подачей на стол украсить измельченной зеленью укропа.

Соус с белым столовым вином

• 250 мл рыбного бульона
• 60 г горчицы
• 60 мл белого столового вина
• 30 г муки
• 40 г сливочного масла
• Соль по вкусу

1. Муку обжарить в сливочном масле, развести рыбным бульоном и варить 10 минут на слабом огне.

2. Затем добавить горчицу, посолить, влить белое вино, тщательно перемешать и подать к рыбе.

Соус с томатным пюре и корнишонами

• 250 мл рыбного бульона
• 2 луковицы
• 100 г корнишонов
• 70 г сметаны
• 70 томатного пюре
• 35 г сливочного масла
• 30 г муки
• Соль по вкусу

1. Лук измельчить, обжарить в растопленном сливочном масле, после чего добавить муку, томатное пюре и рыбный бульон.

2. Полученный соус варить в течение 10 минут, затем посолить, добавить мелко нарезанные корнишоны, заправить сметаной и тщательно перемешать.

Соус яично-мучной

• 200 мл мясного бульона
• 1 желток
• 30 г муки
• 40 г сливочного масла
• Белый молотый перец, соль по вкусу

1. Муку обжарить в сливочном масле, развести 100 мл мясного бульона и кипятить в течение 15 минут.

2. Желток соединить с оставшимся бульоном и влить в соус, постоянно помешивая.

3. Готовый бульон посолить, поперчить и подать к мясу.

Соус яично-масляный

• 2 желтка
• 80 г сливочного масла
• 100 мл воды
• 50 мл лимонного сока
• Соль по вкусу

1. В небольшую кастрюлю влить воду, добавить желтки и посолить.

2. Полученную смесь взбить венчиком, после чего поставить на медленный огонь или водяную баню и при постоянном помешивании выкладывать небольшими кусочками сливочное масло.

3. В готовый соус добавить лимонный сок и хорошо перемешать.

Соус с сухариками

• 60 г толченых сухарей
• 150 г сливочного масла
• Белый молотый перец, соль по вкусу

1. Сливочное масло растопить в небольшой кастрюле, добавить толченые сухари, накрыть крышкой и поставить на слабый огонь на 10 минут.

2. Готовый соус посолить, поперчить, хорошо перемешать и подать на стол.

Соус со сладкими перцами

• 150 г майонеза
• 80 г консервированных сладких перцев
• 50 мл лимонного сока
• Черный молотый перец, соль по вкусу

1. Консервированные сладкие перцы измельчить и смешать с майонезом, лимонным соком и солью.

2. Готовый соус перед подачей на стол посыпать перцем.

Соус из грибов и лука

• 300 мл грибного бульона
• 60 г грибов
• 2 луковицы
• 60 сливочного масла
• 30 г муки
• 1 пучок зелени петрушки
• Черный молотый перец, соль по вкусу

1. Грибы очистить, хорошо промыть, отварить, откинуть на сито и остудить.

2. Муку обжарить в 20 г сливочного масла, развести грибным бульоном и варить в течение 15 минут.

3. Лук измельчить, обжарить в оставшемся сливочном масле с нашинкованными грибами, соединить с мукой, поперчить, посолить и довести до кипения на слабом огне.

4. Готовый соус украсить измельченной зеленью петрушки.

Соус сацебели

• 350 г ядер грецких орехов
• 200 мл куриного бульона
• 150 мл виноградного кислого сока
• 5 зубчиков чеснока
• 1 пучок зелени кинзы
• 5 г шафрана
• 5 г красного молотого перца
• Соль по вкусу

1. Ядра грецких орехов истолочь, смешать с перцем, солью, измельченным чесноком, нашинкованной зеленью кинзы, шафраном и развести куриным бульоном.

2. Перед подачей на стол в готовый соус добавить кислый виноградный сок.

Соус бешамель

• 150 г сливочного масла
• 150 мл мясного бульона
• 150 мл молока
• 60 г муки
• 10 г молотого мускатного ореха
• 6 г белого молотого перца
• Соль по вкусу

1. В растопленное на сковороде сливочное масло добавить муку, тщательно перемешать и обжаривать на слабом огне в течение 3–5 минут.

2. В полученную массу, постоянно помешивая, влить мясной бульон и молоко, посолить и варить на медленном огне 10 минут.

3. В готовый соус добавить тертый мускатный орех и поперчить.

Соус из лука-шалота

- 200 г лука-шалота
- 120 г шампиньонов
- 100 мл красного сухого вина
- 60 г сливочного масла
- 30 г муки
- 2 веточки зелени тимьяна
- 1 пучок зелени петрушки
- 1 пучок зелени укропа
- 1 лавровый лист
- 5 г соли
- Красный молотый перец по вкусу

1. Зелень петрушки, тимьяна и лавровый лист промыть и связать в пучок. Лук-шалот нарубить, положить в небольшую кастрюлю, залить красным вином и варить в течение 10 минут вместе с зеленью на медленном огне, не накрывая крышкой, после чего процедить.

2. На сковороде растопить сливочное масло, смешать его с мукой, слегка обжарить, влить прокипяченное с зеленью вино, посолить, поперчить и варить на медленном огне при постоянном помешивании 15 минут.

3. Шампиньоны очистить, промыть, измельчить, выложить в кастрюлю и варить на слабом огне в течение 5 минут, продолжая помешивать.

4. Готовый соус подать на стол, украсив нашинкованной зеленью укропа.